enseignement • formation • restauration • hôtellerie
Collection dirigée par Dominique BRUNET-LOISEAU

LA CUISINE DE RÉFÉRENCE

TECHNIQUES ET PRÉPARATIONS DE BASE
FICHES TECHNIQUES DE FABRICATION

par
Michel MAINCENT-MOREL

Photos de Y.POCCARD-CHAPUIS



Espace Clichy - 38, rue Mozart - 92587 Clichy cedex - Tél. 01 41 40 81 40
www.editions-bpi.fr - Email : bpi@editions-bpi.fr

Collection ENSEIGNEMENT - FORMATION RESTAURATION - HÔTELLERIE

- **LE VIN ET LES VINS AU RESTAURANT** *(nouvelle édition 2001)*
  Elaboration - Origines - Dégustation - Conservation - Service - *par Paul Brunet*
- **LE VIN ET LES VINS ÉTRANGERS**
  Origines - Productions - Cépages - Caractères - Accords vins et mets *par Paul Brunet*
- **PRATIQUE DU BAR ET DES COCKTAILS**
  Etudes sur les boissons - Cocktails - Technologie du bar - Gestion
  par Michel Cailhol et Bernard Grosselin
- **TRAVAUX PRATIQUES DE CUISINE**
  Fiches techniques de fabrication - *par Michel Maincent*

Edition en langue anglaise :

- **PRACTICAL KITCHEN WORK**
  The basic arts of cooking - *par Michel Maincent, traduction Michael Anker*
- **TECHNOLOGIE CULINAIRE** *(nouvelle édition 99)*
  Personnel, équipements, matériel, produits, hygiène et sécurité
  par Michel Maincent
- **LA CUISINE DE RÉFÉRENCE** *(nouvelle édition 2001)*
  Tome 1 : les techniques et préparations de base - *par Michel Maincent*
- **CUISINE DE RÉFÉRENCE** *(édition 93 en un seul livre)*
  Préparations et techniques de base - Fiches techniques de fabrication
  par Michel Maincent
- **SAVOIRS ET TECHNIQUES DE RESTAURANT**
  Tome 1 : un savoir professionnel pour un service de qualité *par Christian Ferret*
- **SAVOIRS ET TECHNIQUES DE RESTAURANT**
  Tome 2 : mise à jour 2002 – *par Christian Ferret*
- **CONNAISSANCE DES PRODUITS EN RESTAURATION**
  par Christian Ferret et Jean-Michel Framery
- **TRAVAUX PRATIQUES DE RESTAURANT**
  Tome 1 : Préparations - Découpages - Flambages - *par T. Boulicot et D. Jeuffrault*
  Tome 2 : Mise en place - Décoration - Service - *par Thierry Boulicot*
- **MODULES DE TECHNOLOGIE CULINAIRE**
  Tome 1 : Les produits *(nouvelle édition 2001)* - en 2 ouvrages : livre du professeur, livre de l'élève –*(Fiches évaluation incluses) - par M. Faraguna et M. Muschert*
- **MODULES DE TECHNOLOGIE CULINAIRE** *(nouvelle édition 2002)*
  Tome 2 – en 2 ouvrages : livre du professeur, livre de l'élève –
  (Fiches évaluation incluses) – par M. Faraguna et M. Muschert
- **PLAN COMPTABLE PROFESSIONNEL DE L'INDUSTRIE HÔTELIÈRE**
- **GESTION DE L'ENTREPRISE en 2 tomes** (Bac. Pro. Restauration 1ère et 2ème années) *(édition 1999) - par Nicole Bach et Jean-Claude Oulé*. **CORRIGÉS** disponibles
- **GESTION HÔTELIÈRE** (Bac. Techno. Hôtellerie - Première)
  par M.N. Bontoux et F. Pierson – en Euros
- **GESTION HÔTELIÈRE** (Bac. Techno. Hôtellerie - Terminale)
  par J.J. Cariou et M. Leurion - CORRIGÉ disponible - en Euros
- **CAS PRATIQUES DE GESTION HÔTELIÈRE** (Bac. Techno. Hôtellerie - Première)
  par Florent Rey et J.J. Cariou - en Euros.
- **CAS PRATIQUES DE GESTION HÔTELIÈRE** (Bac. Techno. Hôtellerie - Terminale)
  CORRIGÉ
- **CAS PRATIQUES DE GESTION HÔTELIÈRE** (Bac Techno Hôtellerie – Terminale)
  16 cas suivants – *par Florent Rey* – **en Euros + CORRIGÉ**
- **TECHNIQUES ET MOYENS DE GESTION** (BTS Hôtellerie-Restauration 1ère année)
  en 4 ouvrages (édition en euros) : le manuel, le corrigé du manuel, les travaux pratiques, le corrigé des travaux pratiques - *par Jean-Claude Oulé*
- **TECHNIQUES ET MOYENS DE GESTION** (BTS Hôtellerie-Restauration 2 ème année) en 2 ouvrages (édition en euros) : le manuel, le corrigé du manuel, les travaux pratiques, le corrigé des travaux pratiques – *par Jean-Claude Oulé*
- **SCIENCES APPLIQUÉES À L'ALIMENTATION** - Besoins et rations alimentaires
  Menus - Régimes simples - *par Dominique Brunet-Loiseau*
- **SCIENCES APPLIQUÉES À L'ALIMENTATION ET À L'HYGIÈNE** (CAP-BEP)
  Nutrition - Microbiologie - Règles d'hygiène - *par Dominique Brunet-Loiseau*
- **MODULES DE SCIENCES APPLIQUÉES À L'HYGIÈNE ET À L'ALIMENTATION**
  en 5 ouvrages : version professeur, version élève. Fiches d'évaluation : version professeur, version élève. Matrices pour transparents - *par M. Faraguna, J. Di Lena-Reiland et M. Muschert*
- **DROIT DE L'ENTREPRISE HÔTELIÈRE** (avec mise à jour) - *par Renée Graglia*
- **DROIT APPLIQUÉ À L'ENTREPRISE HÔTELIÈRE** (Bac. Techno. Hôtellerie -Première)
  par Renée Graglia
- **DROIT APPLIQUÉ À L'ENTREPRISE HÔTELIÈRE** (Bac. Techno. Hôtellerie - Terminale)
  par Renée Graglia
- **ÉCONOMIE ET DROIT** (Bac. Techno. Hôtellerie - Seconde)
  par Renée Graglia et Jean-Luc Cordon
- **ÉCONOMIE ET DROIT - Dossiers d'activité** (Bac. Techno. Hôtellerie - Terminale)
  par Jean-Jacques Cariou et Florent Rey
- **MERCATIQUE HÔTELIÈRE ET TOURISTIQUE** (BTS Hôt.-Rest. et BTS Tourisme)
  en 2 ouvrages : 1ère et 2ème année - *par Corinne Van der Yeught*. **CORRIGÉS** disponibles
- **BIENVENUE DANS LE MONDE DE L'HÉBERGEMENT** (CAP-BEP 1ère année)
  en 2 ouvrages : version professeur, version élève - *par G. Czapiewski, M. C. Lefer et F. Mainot.* **CORRIGÉ** disponible
- **L'ALLEMAND EN 10 LECONS - Serveurs - Cuisiniers** - *par Elisabeth Brikké*
- **L'ESPAGNOL EN 10 LECONS - Serveurs – Cuisiniers** - *par Elisabeth Brikké*
- **ANGLAIS BAC PRO**
  Livret d'exercices. **CORRIGÉ** disponible - *par Gilles Raguin*
- **L'ANGLAIS EN 10 LECONS - restaurant** (nouvelle édition 99) - en 3 ouvrages :
  livre du professeur, livre de l'élève, activity book, CD et cassettes - *par Elisabeth Brikké*
- **L'ANGLAIS EN 10 LECONS - cuisine** (nouvelle édition 00) - en 3 ouvrages :
  livre du professeur, livre de l'élève, activity book, CD et cassettes - *par Elisabeth Brikké*
- **MODULES DE SCIENCES APPLIQUÉES À L'ÉQUIPEMENT** avec 7 fiches d'auto-évaluation - en 3 ouvrages : version professeur, version élève. Matrices pour transparents
  par M. Faraguna, J. Di Léna-Reiland et M. Muschert
- **HÉBERGEMENT ET COMMUNICATION PROFESSIONNELLE** (BTS Hôtellerie-Restauration 1ère et 2ème année) - *par Jean-François Coutelou et Jean Hannedouche*
- **ACCUEILLIR, HÉBERGER, COMMUNIQUER** (Bac. Techno. Hôtellerie Terminale)
  en 2 ouvrages : version professeur, version élève *-par M. Harbrot et B. Leproust*
- **ACCUEILLIR, HÉBERGER, COMMUNIQUER** (Bac. Techno. Hôtellerie Première)
  en 2 ouvrages : version professeur, version élève - *par M. Harbrot et B. Leproust*
- **PRODUITS DE RESTAURANT**
  par P. Boileau, D. Gautier, M. Grosgeorge et D. Herry
- **NUTRITION - ALIMENTATION -** 55 fiches techniques (BEP carrières sanitaires et sociales) - *par Brigitte Rougier*
- **TECHNOLOGIE ÉQUIPEMENT – ENTRETIEN – ALIMENTATION** - 51 fiches techniques (BEP carrières sanitaires et sociales) – *par Brigitte Rougier et Alain Chrétien*
- **SCIENCES APPLIQUÉES BAC PRO**
  par B. Rougier, A. Chrétien, D. Laprévotte et C. Thiébault
- **LA TECHNOLOGIE APPLIQUÉE EN CUISINE**
  par Dominique Béhague
- **DÉCORS ET PRÉSENTATIONS**
  Assiettes - Plats - Buffets froids - *par Jean-Pierre Lebland et Olivier Dugabelle*
- **L'ART DES PRÉSENTATIONS**
  Assiettes - Plats - Buffets et tables dressés - Pièces factices - Techniques de décor Canapés – *par J.P. Lebland*
- **ANNALES Bac. Pro. Restauration** en 2 ouvrages : sujets et corrigés 1994 - 1995
- **ANNALES BEP hôtellerie-restaur./CAP cuisine- restaur.-hébergement** : 1998
- **ANNALES BTS hôtellerie-restauration** en 2 ouvrages : sujets et corrigés 1997 - 1998
- **ANNALES Bac. Pro.** : sujets 1996 - 1997 - 1998 - 1999

Collection ENSEIGNEMENT - FORMATION - TOURISME

- **DROIT DU TOURISME** - agences de voyages (BTS Tourisme-Loisirs) - *par Danièle Rubio-Ayache*
- **L'ANGLAIS DU TOURISME EN 30 ESCALES**
  par Elisabeth Brikké
- **AGENCES DE VOYAGES ET GESTION**
  Tome 1 : Economie d'entreprise - Comptabilié - Statistiques. **CORRIGÉ** disponible
  par Bernard Clauzel et Georges Lejet
- **PLAN COMPTABLE PROFESSIONNEL DES AGENCES DE VOYAGES**
- **GÉOGRAPHIE DU TOURISME** – *par J.C. Dinety et E. Proust*
- **ÉCONOMIE TOURISTIQUE** (BTS Hôtellerie-Restauration, formations supérieures)
  par Pascal Goureaux
- **LES GRANDS BASSINS TOURISTIQUES MONDIAUX**
  par M. Cogen-Vermesse, J.C. Dinety et E. Proust

Collection BEP LES MÉTIERS DE LA RESTAURATION ET DE L'HÔTELLERIE LE NOUVEAU PROGRAMME COMPLET ILLUSTRÉ

- **BEP – TECHNOLOGIE CULINAIRE**
  par Michel Maincent, Robert Labat et Richard Leman
- **BEP – TECHNOLOGIE RESTAURANT** *par Christian Ferret*
- **BEP – ENVIRONNEMENT ÉCONOMIQUE JURIDIQUE ET SOCIAL**
  par Christiane Balanger. **+ CORRIGÉ**
- **BEP – SCIENCES APPLIQUÉES** *par Brigitte Rougier et Alain Chrétien*

Collection CAP RESTAURANT – CUISINE – SERVICES HÔTELIERS FORMATION PAR ALTERNANCE

- **CAP – RESTAURANT 1ère année** – Version Professeur – Version Elève
  par Jean-François Augez-Sartral
- **CAP – SERVICES HÔTELIERS 1ère année** – Version Professeur – Version Elève
  par Jean-François Augez-Sartral
- **CAP – CONNAISSANCE DE L'ENTREPRISE HÔTELIÉRE**
  par Christiane Balanger + CORRIGÉ

Collection CAP RESTAURANT – CUISINE LE NOUVEAU PROGRAMME EN 100 PAGES

- **CAP – CONNAISSANCES TECHNOLOGIQUES RESTAURANT**
  par Olivier Sapelkine
- **CAP – CONNAISSANCES TECHNOLOGIQUES DE CUISINE**
  par Jean-Philippe Vichard et Olivier Tondusson

ISBN : 2 85 708-360-2 ISSN : 0981-6615

PRÉFACE

Je suis très fier de préfacer l'imposant ouvrage de Michel Maincent. C'est un livre qui fait référence dans l'enseignement de la cuisine ! Outre la somme d'informations qu'il renferme, je suis frappé par la clarté de chaque sujet traité. Les techniques et préparations de base sont expliquées avec la plus grande précision, les différents gestes à accomplir sont illustrés d'un impressionnant nombre de photos (plus de 2 000). Dans la seconde partie, l'application pratique en fiches techniques de fabrication est illustrée de près de 1 000 photos de plats (de base, incontournables, dérivés).

En effet, tout cuisinier doit d'abord acquérir de sérieuses bases culinaires par un bon enseignement hôtelier, au cours de ses stages et de ses premiers emplois. Par la suite, il doit être à l'écoute de sa sensibilité et de sa personnalité pour trouver sa voie et le type d'établissement dans lequel il pourra s'épanouir. Il est tout aussi important de savoir bien assaisonner une salade que de réussir un ragoût de homard, car un bon plat n'est pas forcément un plat cher ! Selon l'occasion et le temps dont ils disposent, les clients recherchent des formules différentes. Quelle que soit la prestation proposée, celle-ci doit être parfaite sur le plan du goût ! Je me régale de produit simples, mais d'excellente qualité, dont le degré de cuisson est impeccable, et bien assaisonnés. Combien de fois me suis-je dit que tel poisson ou tel crustacé trop cuit était mort pour rien ! Je trouve aussi inutiles toutes les décorations qui entourent un plat et qui n'apportent rien à l'élément principal.

C'est en cela que la transmission de valeurs traditionnelles, de nos racines, me semble primordiale. Et cet ouvrage y participe pleinement.

Bernard Loiseau

REMERCIEMENTS DE L'AUTEUR

Photos : *Y. Poccard-Chapuis*

Locaux : *La Direction du Lycée hôtelier Jean Drouant - 20, rue Médéric - 75017 Paris*

Matériel : *Etablissement E. Dehillerin - 18/20, rue Coquillière - 75001 Paris*
Etablissement Welbilt - Monsieur Rémi Le Naour • Nestlé Food-Service France

et les divers fournisseurs *(Pêcherie des Lilas - Paris, Boucheries Roger - Paris, etc.)*

Avec la participation de

Victor Bride - Chef de cuisine,
Thierry Lenormand - Professeur de pâtisserie,
Joseph Urgeghe - Pâtissier,
Vincent Sitz, Karil Lopez et les élèves de Terminale à l'Ecole Hôtelière Jean Drouant de Paris

L'auteur exprime toute sa gratitude aux responsables des établissements qui ont bien voulu lui prêter leur matériel ou mettre leurs locaux à sa disposition.

Par ailleurs, il tient à remercier très vivement tous les collègues et professionnels qui lui ont apporté une aide très précieuse.

INTERPRÉTATION DES SYMBOLES RENCONTRÉS DANS CET OUVRAGE

Précautions à observer selon la méthode HACCP *(texte en bleu)* →



PRÉCAUTIONS

Il est donc nécessaire de s'appliquer à suivre scrupuleusement les règles d'hygiène professionnelles, corporelles et vestimentaires, ...

Recommandations et points importants →



RECOMMANDATIONS

• *La finesse du beurre fondu dépend uniquement de la qualité du beurre : choisir de préférence un beurre d'appellation d'origine contrôlée...*

SOMMAIRE

		Pages
GÉNÉRALITÉS	Hygiène et sécurité 7-8 - Tenue professionnelle 9 - Installation du poste de travail et premiers travaux 10 à 13 - Coutellerie professionnelle 14 à 19 - Batterie de cuisine 20 à 28 - Matériel électromécanique 29 à 34 - Feuilles de grammage 35-37	7
TECHNIQUES ET PRÉPARATIONS DE BASE		39
LÉGUMES	Par ordre alphabétique : ail, artichauts, asperges, aubergines, betteraves, blettes, cardons, carottes, céleris, champignons, choux, concombres, courgettes, cresson, crosnes, échalotes, endives, épinards, fenouils, fines herbes, fèves, haricots, marrons, navets, oignons, poireaux…	40 à 141
FRUITS	Par ordre alphabétique : citrons, oranges, melons, poires, pomelos, pommes, raisins.	142 à 153
PRODUITS DE LA PÊCHE	Appréciation du degré de fraîcheur 154 - Classification 155 à 159 - Colin 159 à 161 - Saumon 161 à 164 - Lotte 164 - Sole 165 à 170 - Barbue 171 à 176 - Crustacés 177 à 179 - Coquillages 180 à 185	154 à 185
ŒUFS	Commercialisation, recommandations 186-187 - Cuisson des œufs avec coquille 188 à 191 - Cuisson des œufs hors coquille 192 à 199 - Cuisson des œufs hors coquille et mélangés 200 à 203 - Casser des œufs 204 - Clarifier des œufs 204 - Confectionner de la dorure 205	186 à 205
VIANDES DE BOUCHERIE	Critères qualitatifs, conservation 206-207 - Agneau et mouton 208-220 - Bœuf 221 à 224 - Veau 225-226 - Porc 226-228 - Préparations diverses 229 à 232 - Abats 232-235	206 à 235
VOLAILLES	Critères qualitatifs, présentations commerciales 236-237 - Préparations diverses (habiller, trousser, brider, découper...) 237 à 254 - Cas du lapin 254 et 255	236 à 255
FONDS	Classification 256 - Conservation 257- Fond brun, fond blanc, fumet de poissons, consommé et marmite, glaces 258 à 275	256 à 275
GRANDES SAUCES DE BASE	Sauce espagnole, fond brun de veau lié, roux, veloutés de veau, de volaille, de poisson, sauce béchamel, sauce tomate, sauce américaine 276 à 296 - Sauces émulsionnées (vinaigrette, coulis de tomate, mayonnaise, beurre fondu, beurre blanc, hollandaise, béarnaise) 297 à 314 - Colorant vert végétal 315	276 à 315
PRÉPARATIONS, APPAREILS ET FARCES DE BASE	Duxelles 316-318 - A base de tomates 318 à 321 - Pommes Duchesse 322 à 324 - Farce mousseline 325 à 327 - Paupiettes de poisson 328 - Farces diverses 329 à 331 - Marinades 332 à 335 - Courts-bouillons et nages 336 à 338 - Cuisson particulière (turbot, barbue...) 339 - Beurres composés 340-341 - Paner 342-343 - Mie de pain et croûtons 344-345 - Gondoles et serviettes 346-347 - Fleurs en légumes 348 à 350 - Beurrer plaques et moules 351-352 - Chemiser 353 à 355 - Garnitures aromatiques (bouquet garni, Matignon, Mirepoix...) 356 à 358	316 à 358
CUISSONS	Pocher départ liquide froid 360 à 375 - Pocher départ liquide bouillant 376 à 390 - Cuire à la vapeur 391 - Etuver des légumes 391-392 - Cuire sous vide 392-393 - Cuire des légumes à la grecque 394-395 - Glacer à blanc, à brun des petits légumes 395 à 397 - Sauter 398 à 419 - Griller 420 à 431 - Rôtir 432 à 442 - Poêler 443 à 449 - Frire 450 à 458 - Ragoût 459 à 467 - Braiser 468 à 479	359 à 479

PÂTES DE BASE	Brisée 481 à 485 - Sucrée 486 - Sablée 487-488 - Abaisse et fonçage 489 à 493 - Feuilletée 494 à 504 - A choux 505 à 510 - A nouilles 511 à 513 - Génoise 514 à 517 - Entremets à base de crème au beurre 518 à 520 - Biscuits 521-522 - Pâte à frire 523-524 - Crêpes 525 à 527 - Savarins 528 à 531 - Brioches 532 à 539	480 à 539
CRÈMES DE BASE	Recommandations 540 - Chantilly 541 à 543 - Fouettées 543 - Anglaise 544 à 546 Pâtissière et dérivés (mousseline, Chiboust ou Saint-Honoré, diplomate, Paris-Brest) 547 à 552 - Crème au beurre 553 à 556 - Crème d'amandes 557-558 - Coulis 559 à 561	540 à 561
	Appareils à crèmes prises ou à flans sucrés (crème caramel...) 562 à 564 - Bavarois 565 à 568 - Sauce Chocolat 569	562 à 569
BLANCS D'ŒUFS EN NEIGE MERINGUES	Recommandations 570-571 - Meringue française 572-573 - Meringue suisse 574-575 - Meringue italienne 576-577	570 à 577
SIROPS ET SUCRES CUITS	Sirops pour pocher des fruits, imbiber des savarins ou des babas 578 à 580 - Cuissons du sucre : au filet, cassé, boulé, caramel 581 à 584 - Contrôler les différents points de la cuisson du sucre 584-585	578 à 585
PETITS FOURS SECS	Tuiles aux amandes 586 - Palets de dame et palets aux raisins, cigarettes russes et langues de chat 587 à 589 - Appareil à tulipes 589 - Petits fours aux amandes 590	586 à 590

FICHES TECHNIQUES DE FABRICATION

FICHES TECHNIQUES DE FABRICATION 591

HYGIÈNE ET SÉCURITÉ DES ALIMENTS, CONSEILS D'APPLICATION, MESURES PRÉVENTIVES		592 à 610
POTAGES	Consommé de bœuf brunoise 612-613 - Consommé de volaille madrilène aux paillettes 614-615 - Soupe à l'oignon gratinée 616-617 - Potage cultivateur 620 - Potage parisien 621- Potage Julienne Darblay 622-623 - Potage Parmentier 624 - Gaspacho andalou 625 - Soupe au pistou 626 - Potage Saint-Germain aux croûtons 628-629 - Velouté Dubarry 632-633 - Crème Agnès Sorel 636-637 - Crème dieppoise 638-639 - Soupe de poissons façon bouillabaisse 641 - Soupe de poissons accompagnée d'une sauce rouille ou d'aïoli 642-643 - Bisque de crustacés 645 - 646	611 à 646
HORS-D'ŒUVRE FROIDS	Crudités variées 648-649 - Macédoine de légumes mayonnaise 650-651 - Légumes à la grecque 652-653 - Salade façon niçoise 654-655 - Avocats aux crevettes 656-657 - Asperges sauce mousseline 658-659 - Melon frappé nature et cocktail de melon 660-661 - Tartare de saumon 662-663	647 à 664
HORS-D'ŒUVRE CHAUDS	Salade tiède de lapereau aux noisettes 666-667 - Quiche lorraine 668-669 - Tarte à l'oignon 670-671 - Allumettes au fromage 672-673 - Tarte fine aux sardines, tomates et oignons confits 674-675 - Petits pâtés feuilletés 676-677 - Talmouses à la bagration 678-679 - Gnocchi à la parisienne 680-681 - Saucissons en brioche, sauce porto 682-683 - Fritôts de cervelle Orly 684-685 - Crêpes farcies façon ficelles picarde 686-687 - Soufflés au fromage 688-689 - Croustillant de tourteau et de calmars à l'américaine 690-691 - Spaghetti napolitaine 692-693 - Tagliatelles aux deux saumons 694-695	665 à 696
ŒUFS	Œufs farcis chimay 698-699 - Œufs mollets florentine 700-701 - Œufs à la gelée et au jambon 702-703 - Œufs pochés toupinel 704-705 - Œufs cocotte à la crème 706-707 - Œufs sur le plat aux foies de volaille 708-709 - Œufs frits au bacon 710-711 - Œufs brouillés portugaise 712-713 - Omelettes aux fines herbes, aux champignons, au jambon et aux oignons 714-715 - Omelettes plates à l'espagnole 716-717	697 à 718
POISSONS	Darnes de colin pochées, beurre fondu 720-721 - Tronçons de turbot ou turbotins pochés, sauce hollandaise 722-723 - Truites pochées au court-bouillon, beurre blanc 724-725 - Saumon froid en gelée, sauce andalouse (ou en bellevue) 726-727 - Truites de mer en écailles de tomates et courgettes, beurre au fenouil 728-729 - Mousseline de merlan arlequin 730-731 - Truites au riesling 732-733 - Filets de sole bonne-femme 734-735 - Filets de sole dieppoise 736-737 - Filets de barbue Dugléré 738-739 - Lotte à l'américaine 740-741 - Soles rouennaise 742-743 - Matelote d'anguilles, façon bourguignonne 744-745 - Soles grillées, beurre d'anchois 746-747 - Soles ou merlans frits au citron 748-749 - Soles Colbert 750-751 - Soles ou truites «meunière» 752-753 - Filet de saint-pierre à l'oseille 754-755 - Duo de cabillaud et de morue, purée 756-757 - Merlans à l'anglaise 758-759	719 à 760
COQUILLAGES ET CRUSTACÉS	Moules marinière 762-763 - Moules farcies 764-765 - Coquilles Saint-Jacques au gratin 766-767 - Huîtres chaudes à la duxelles de champignons 768-769 - Ecrevisses à la nage 770-771 - Pilaf de fruits de mer 772-773	761 à 774

VIANDES	Pot-au-feu 776-777 - Blanquette de veau à l'ancienne 779 - Travers de porc laqué au miel et au gingembre 780 - Contre-filets rôtis, jardinière de légumes 782- 783 - Carré d'agneau aux primeurs 784-785 - Gigot d'agneau rôti, gratin de pommes de terre 786-787 - Carré de veau poêlé Choisy 788-789 - Carré de porc rôti boulangère - 790 - Contre-filets, entrecôtes ou steaks sautés Bercy 792-793 - Tournedos sautés châtelaine 794-795 - Steaks au poivre 796-797 - Médaillons de veau Duroc 798-799 - Escalopes ou côtes de veau à la crème 800-801 - Côtes de porc charcutière, pomme purée 802-803 - Escalopes de veau viennoise 804-805 - Côtes d'agneau maréchale 806-807 - Pavés de biche sautés, sauce Grand Veneur 808-809 - Noisettes d'agneau à la crème d'ail 810 - Steaks grillés, sauce béarnaise, pommes pont-neuf 812-813 - Côtes de bœuf et entrecôtes grillées, pommes croquettes, sauce bordelaise 814-815 - Mixed-grill 816-817 - Côtes d'agneau vert-pré 818 - Navarin aux pommes 820-821 - Veau Marengo 822-823 - Estouffade de bœuf bourguignonne 824-825 - Cassoulet «façon» toulousain 832 - Aiguillette de bœuf braisée bourgeoise 826-827 - Grenadins de veau zingara, pommes cocotte - 828-829 - Osso-buco milanaise 830-831	775 à 832
ABATS	Foie de veau à l'anglaise 834-835 - Rognons de veau sautés aux champignons et au madère 836-837 - Langue de bœuf pochée, sauce piquante 838-839 - Ris de veau braisés à brun et à blanc 840-841	833 à 841
	Précautions à observer lors de la réception, du stockage et de l'utilisation des abats	842
VOLAILLES	Poularde pochée sauce suprême, riz pilaf 844-845 - Poulets sautés chasseur 846-847 - Poulets sautés façon vallée d'Auge 848-849 - Poulets rôtis 850-851 - Pintadeaux rôtis sur canapés 852-853 - Poulets cocotte grand-mère 854-855 - Râble de lapereau farci, champignons sauvages à la crème 856-857 - Canetons aux navets 858-859 - Canetons à l'orange 860-861 - Poulets grillés à l'américaine 862-863 - Fricassée de volaille à l'ancienne 864-865 - Curry de volaille riz madras 866-867 - Coq au vin 868-869 - Lapereaux aux champignons 870-871 - Civet de lièvre à la française 872-873 - Jambonnettes de canetons à l'orange 874-875 - Magret de canard au poivre vert 876-877 - Cari poulet 878-879	843 à 880
GARNITURES D'ACCOMPA-GNEMENT	Asperges, choux-fleurs, choux de bruxelles, choux marins ou crambés maritimes, brocolis, romanesco, épinards, haricots verts, petits pois, graines de légumineuses fraîches, etc. 882-883 - Pommes de terre à l'anglaise 884-885 - Pommes purée ou purée Parmentier 886-887 - Champignons, fonds d'artichauts, cardons, côtes de blettes, fenouil tubéreux, salsifis, crosnes, céleri rave, moelle de végétaux divers 888/889 - Carottes, navets, petits oignons, courgettes, concombres, céleri 890-891 - Petits pois à la française 892-893 - Haricots secs au beurre (cocos, lingots, flageolets) 894-895 - Laitues, cœurs de céleri, fenouil bulbeux 896-897 - Pommes boulangère 898-899 - Spaghettis au beurre, coquillettes, pennes, papillons, macaronis, … 900-901 - Riz pilaf ou pilaw, nature et créole 902-903 - Pommes sautées à cru 904-905 - Pommes de terre rissolées, noisettes, parisienne, cocotte, château, Parmentier 906-907 - Pommes paille, chips, gaufrettes en une seule cuisson, Pommes allumettes et pont-neuf en deux cuissons 908-909 - Pommes croquettes 910-911 - Gratin de pommes de terre au fromage 912-913 - Flans de légumes 914-915 - Gratin de courgettes 916-917 - Petits légumes farcis façon niçoise 918-919	881 à 920
DESSERTS	Crème renversée au caramel 922-923 - Œufs à la neige 924-925 - Mousse au chocolat 926-927 - Charlotte aux poires 928-929 - Bavarois rubanné 930-931 - Fruits Condé 932-933 - Pudding diplomate ou pudding de cabinet 934-935 - Riz à l'impératrice 936-937 - Beignets de pommes 938-939 - Soufflés à la liqueur 940-941 - Crêpes au sucre 942-943 - Entremets façon Singapour 944-945 - Moka 946-947 - Choux chantilly 948-949 - Choux à la crème, Eclairs café - chocolat 950-951 - Tarte aux pommes 952-953 - Tarte aux pommes à l'alsacienne 954-955 - Tartes feuilletées aux fruits 956-957 Tarte aux poires et à la crème d'amandes 958-959 - Tarte au citron 960-961 - Tarte au chocolat 962 - Pithiviers 964-965 - Mille-feuille 966-967 - Savarin Chantilly 968-969 - Entremets façon Tiramisu 970-971 - Entremets au fromage blanc et aux fruits rouges 972 - Opéra 973 - Entremets façon forêt noire 974-975 - Feuillantine aux framboises, crème légère à la pistache 976-977 - Miroir passion framboise 978 - Glace à la vanille et glaces dérivées 980-981 - Fruits Melba 982-983 - Poires Belle-Hélène 984-985 - Sorbets aux fruits - 986-987 - Nougat glacé, coulis de framboises 988-989 - Soufflé glacé à la liqueur 990-991 - Salade de fruits 992-993 - Gratinée d'automne au calvados 994-995 - Macarons café / chocolat 996-998	921 à 1000

DOCUMENTS D'ÉVALUATIONS B.E.P. ET C.A.P.	1001 à 1003
RÉFÉRENTIEL DES TECHNIQUES ET PRÉPARATIONS DE BASE	1004 à 1012
RÉPERTOIRE DES FICHES TECHNIQUES DE FABRICATION	1013 à 1031
VOCABULAIRE PROFESSIONNEL	1032 à 1039
BIBLIOGRAPHIE	1040

L'HYGIÈNE ET LA SÉCURITÉ EN CUISINE

voir «Hygiène et Restauration» par Dominique Brunet-Loiseau - Editions BPI.

La qualité d'un mets est évidemment la synthèse de produits qui se voient, se sentent, et se goûtent ; mais à ces facteurs sensoriels s'ajoutent d'autres formes de qualités tout aussi prépondérantes, et qui concourent à la réussite complète de la prestation (qualité nutritionnelle, qualité sanitaire).

Le cuisinier a donc la responsabilité morale de fournir à sa clientèle une prestation de grande qualité sanitaire ; ceci s'exerce d'ailleurs à son profit, car la réputation de son établissement en dépend.



PRÉCAUTIONS

Il est donc nécessaire de s'appliquer à suivre scrupuleusement les règles d'hygiène professionnelles, corporelles et vestimentaires, définies par la réglementation officielle et de créer un état d'esprit responsable faisant de l'hygiène un automatisme volontaire et une réaction spontanée.

CONSIGNES D'HYGIÈNE VESTIMENTAIRE ET CORPORELLE

- Ayez une tenue professionnelle complète et propre à chaque séance de travaux pratiques.
- Changez de veste, de tablier et de torchon aussi souvent que nécessaire.
- Réservez uniquement votre torchon pour la prise des récipients et des plats chauds.
- Portez impérativement une coiffe (toque, calot, charlotte) suffisamment enveloppante, afin de recouvrir la plus grande partie de la chevelure qui doit être très soignée.
- **Lavez-vous les mains avant chaque séance de travaux pratiques et après chaque phase de travail.**
- Utilisez uniquement les lave-mains réglementaires.
- Ayez les ongles courts, et brossez-les régulièrement.
- Ne vous essuyez pas les mains à votre torchon, utilisez des serviettes à usage unique.
- Utilisez des chaussures de travail résistantes, couvertes, confortables et antidérapantes.
- Ne quittez pas la cuisine avec votre tenue professionnelle.

CONSIGNES D'HYGIÈNE PROFESSIONNELLE

- Maintenez votre poste de travail parfaitement propre et débarrassé de tout ce qui est inutile.
- Vérifiez scrupuleusement la qualité sanitaire des denrées (étiquettes de salubrité, date limite de consommation -D.L.C., D.L.U.O.-, températures, intégrité des conditionnements, conseils d'utilisation).
- Placez immédiatement après contrôle les denrées périssables en enceinte réfrigérée.
- Réalisez vos épluchages dans un local à part si possible.
- Lavez soigneusement tous les fruits et les légumes avant utilisation.
- N'épluchez jamais vos légumes sur votre planche à découper.
- **Lavez et désinfectez soigneusement votre poste de travail après tous les épluchages et particulièrement après l'éviscération des volailles et l'habillage des poissons (voir fiches de procédures ou protocoles de nettoyage).**
- Débarrassez immédiatement les épluchures, parures et déchets dans des récipients étanches, munis de couvercles. Triez les déchets.
- Refusez impérativement tout ce qui vous paraît douteux (boîtes bombées, produits décongelés, etc.).
- Nettoyez vos couteaux après chaque utilisation.
- Vérifiez quotidiennement le bon état de fonctionnement, la température et les consignes de dégivrage des appareils frigorifiques. Reportez la température sur la fiche de contrôle.
- Ne déposez pas les denrées à même le sol, débarrassez-les dans des récipients de stockage appropriés.
- Eliminez systématiquement tous les emballages.
- Réservez les préparations dans des récipients de débarrassage, n'utilisez jamais le matériel de cuisson, ni le matériel de service.
- Ne placez pas les légumes sablonneux en hauteur.
- Réduisez à son strict minimum la durée de conservation des denrées en enceinte réfrigérée.
- Respectez la règle concernant le stockage : premier entré, premier sorti.
- Ne gênez pas la circulation de l'air froid entre les étagères de stockage.
- Ne conservez jamais des denrées dans leur fond de cuisson ou dans leur sauce.
- Couvrez toutes les denrées entreposées en chambre froide.
- Eliminez systématiquement après 24 heures de stockage, tous les plats cuisinés s'ils n'ont pas été soumis à un refroidissement rapide.
- Entreposez les divers types de denrées (produits carnés, B.O.F., légumes, etc.) dans des enceintes réfrigérées séparées, et vérifiez les températures de stockage correspondantes.
- Réalisez les sauces émulsionnées semi-coagulées dans le délai le plus rapproché du service (hollandaise, béarnaise).
- Ne confectionnez pas une sauce émulsionnée sur les restes de la veille.
- Sortez de la chambre froide les denrées de la mise en place pour le service, au dernier moment.
- Respectez toutes les précautions relatives au hachage des viandes.
- Ne décongelez pas les produits à la température ambiante de la cuisine, mais en enceinte réfrigérée.
- Vérifiez la température et la qualité des bains de friture, et filtrez l'huile régulièrement.

SUITE



CONSIGNES RELATIVES À L'HYGIÈNE DU MATÉRIEL ET DES LOCAUX

- **Consultez et appliquez scrupuleusement les indications portées sur le planning des nettoyages.**
- Vérifiez soigneusement le bon état d'étamage des récipients en cuivre.
- Nettoyez et désinfectez périodiquement les filtres des gaines d'aspiration et d'aération.
- Lavez, désinfectez et rincez régulièrement les éponges, les lavettes et les serpillières.
- Lavez, désinfectez et rincez soigneusement tous les accessoires du matériel mécanique (hachoir, cutter, mixeur, fouet, trancheur universel, etc.).
- Stérilisez par une ébullition prolongée les poches, les douilles et les étamines.
- Lavez, grattez, désinfectez et rincez tous les jours les billots et les planches à découper (évitez de les laisser sécher à plat).
- **Consultez et appliquez les fiches de procédures ou protocoles de nettoyage.**
- Ne répandez jamais de sciure de bois sur le sol, et évitez le balayage à sec.
- Collectez tous les déchets et détritus dans des sacs étanches à usage unique, ou dans des récipients étanches munis de couvercles affectés au seul local cuisine. Ces récipients seront nettoyés, désinfectés avant leur réintroduction en cuisine.
  Les déchets seront placés par catégorie dans les poubelles de la voirie munies de couvercle, qui ne doivent jamais pénétrer dans la cuisine.
  Celles-ci seront entreposées dans des locaux fermés, réservés à cet usage, et maintenus à une température aussi basse que possible, bien ventilés, et à l'abri des insectes et des rongeurs.
- Ne fumez pas en cuisine.
- Luttez énergiquement contre les insectes et les rongeurs.
- Ne laissez pas entrer d'animaux en cuisine.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

- Portez des vestes croisées en tissu «non feu».
- Dissimulez à l'intérieur du tablier les cordons de la boucle afin de ne pas vous accrocher.
- Portez des chaussures de sécurité couvertes et antidérapantes.
- N'utilisez pas de torchons humides.
- Regardez à l'intérieur des fours avant de les allumer.
- Vérifiez le maintien de la flamme d'un brûleur en cas de débordement d'un liquide.
- Ne laissez pas dépasser les poignées des récipients de cuisson à l'extérieur du fourneau, ni dirigées vers une source de chaleur.
- Saupoudrez de farine les couvercles et les récipients sortant d'un four.
- Ne portez pas de matériel chaud à la plonge.
- Ne posez pas la face étamée des couvercles en cuivre sur une source de chaleur.
- Ne placez pas de liquide en hauteur.
- Ne portez pas couvert un récipient contenant un liquide.
- Ne courez pas en cuisine.
- Dirigez la pointe de vos couteaux vers le sol, lorsque vous vous déplacez.
- Rangez soigneusement tous vos couteaux dans le même sens.
- Ne laissez pas refroidir des aliments dans un récipient en cuivre.
- Frottez au gros sel et au vinaigre les récipients en cuivre non étamé avant leur utilisation (bassine à reverdir, poêlon à sucre, bassin à blancs).
- Couvrez immédiatement d'un produit absorbant autorisé tous les liquides répandus accidentellement sur le sol, puis nettoyez le plus vite possible.
- **Assurez-vous, avant de quitter la cuisine, que tous les feux soient bien éteints et que les vannes de gaz soient fermées.**
- **Remplissez les documents d'auto-contrôles visuels.**



En cas d'urgence (n° de téléphone à compléter) :

Docteur ____________________

S.O.S. médecins ____________________

Hôpital ____________________

Ambulance ____________________

Pompiers ____________________

Centre des grands brûlés ____________________

Centre antipoison ____________________

S.O.S. mains coupées ____________________

S.O.S. œil ____________________

S.A.M.U. ____________________

LA TENUE PROFESSIONNELLE

(Voir également l'ouvrage «Technologie culinaire» - Editions BPI)

Le métier de cuisinier exige le port d'une tenue professionnelle.

Arrêté du 29 septembre 1997
Chapitre 4 (dispositions relatives au personnel).

Ce chapitre rappelle à toute personne travaillant dans la zone de manipulation des denrées alimentaires qu'elle doit respecter un **niveau élevé** de propreté corporelle et porter des vêtements de travail propres et adaptés.

Ces vêtements sont de couleur claire afin que toutes les salissures se distinguent au premier coup d'œil. Ils comprennent notamment une coiffe propre englobant l'intégralité de la chevelure, des chaussures réservées exclusivement au travail ; au besoin le port d'un masque bucco-nasal et l'utilisation maîtrisée de gants à usage unique.

Le passage de toute autre personne dans les locaux de fabrication ne doit en aucun cas constituer une source de contamination pour les denrées ou leur environnement.

L'article rappelle entre autre que toute personne atteinte d'une maladie susceptible d'être transmise par les aliments n'est pas autorisée à travailler dans la zone de manipulation des denrées alimentaires.

Le responsable veille à ce que tout le personnel soit reconnu médicalement apte à travailler au contact des aliments et veille également à la formation de tous en matière d'hygiène.

Il est formellement interdit de sortir des ateliers et plus spécialement dans la rue en tenue professionnelle.

La tenue de travail n'est donc pas une fantaisie, mais une obligation ; elle représente une mesure d'hygiène en restauration, mais elle est également le reflet de votre personnalité, elle représente le restaurant où vous travaillez ; un vêtement négligé, taché attirera la suspicion sur la maison.

La responsabilité de l'employeur est engagée en matière de propreté corporelle et vestimentaire.

Plusieurs fournisseurs de vêtements de travail proposent actuellement un éventail très large de tenues professionnelles dans des qualités différentes. Le choix se portera donc sur la durabilité, la facilité d'entretien, le confort, l'esthétique et la personnalisation du vêtement (broderie ou sigle de l'établissement).



PRÉCAUTIONS

La présentation est le reflet de la personnalité, *ayez donc toujours :*

- *Une tenue complète propre et bien repassée à chaque séance de travaux pratiques.*

  Portez votre veste fermée, le tour de cou bien noué, le tablier à la bonne hauteur (au-dessous des genoux), des chaussures de sécurité confortables, couvertes, antidérapantes et propres.
- *Une chevelure soignée de longueur convenable, et entièrement rassemblée par une coiffe (toque, calot, charlotte).*
- *Les ongles coupés courts et les mains soigneusement lavées et désinfectées avant chaque séquence de travail.*

  Retirez montres, bagues, chevalières et gourmettes, susceptibles de garder, lors des manipulations, des déchets fermentescibles.

  Utilisez des gants à usage unique pour réaliser tous les mélanges, et plus particulièrement, pour mélanger les farces à base de viande hachée. (En cas de blessure superficielle aux doigts, et non purulente, utilisez un doigtier étanche).

  Il est rappelé qu'il faut éviter de tousser, d'éternuer, ou de postillonner au-dessus des aliments. Le port d'un masque bucco-nasal jetable est recommandé pour les personnels enrhumés.

  Il est également interdit de fumer dans les lieux de préparation (interdiction réglementaire trop souvent transgressée).

  Il ne faut pas perdre de vue que la clientèle vous observe constamment, et que de vos efforts dépend le succès de votre restaurant, ainsi que la satisfaction de vos clients.



Maria et Alexandre

- Toque maintenant l'intégralité de la coiffure.
- Veste blanche croisée.
- Tour de cou absorbant.
- Tablier recouvrant les genoux.
- Torchon propre et sec déplié, accroché au cordon du tablier.
- Pantalon pied de poule bleu sans revers.
- Chaussures de sécurité couvrantes, antidérapantes et confortables réservées uniquement au travail.

INSTALLATION DU POSTE DE TRAVAIL ET PREMIERS TRAVAUX

INSTALLER UN POSTE DE TRAVAIL

Le poste de travail correspond à un endroit déterminé sur lequel est exécuté un travail spécifique. On distingue le poste fixe et le poste mobile.

LE POSTE DE TRAVAIL FIXE

Exemple : le poste de travail du «**saucier**».

Il comprend une zone de cuisson (généralement un fourneau) complété par un plan de travail (table + bac) et un poste «froid intermédiaire» pour réserver la «mise en place» durant le service.

A cet endroit précis de la cuisine chaude, le saucier réalise le travail spécifique à sa spécialité.

L'agencement du poste de travail fixe nécessite une installation de gros matériel parfaitement adapté au travail à réaliser. Il doit être conçu selon une logique cohérente correspondant à la progression du travail et au respect de la réglementation en matière d'hygiène, de maintenance et de sécurité *(voir également les cours d'ergonomie)*.

LE POSTE DE TRAVAIL MOBILE

Il est installé occasionnellement en fonction d'un travail particulier à réaliser. Il peut être installé :

- soit dans un local spécifique (recommandé pour les préparations préliminaires salissantes : épluchage, éviscération, etc.),
- soit dans une zone ou un secteur de la cuisine chaude ou froide ou de la pâtisserie, suffisamment isolé des autres zones de travail pour ne pas constituer une source de contamination pour les autres denrées. La température est également un élément primordial pour le choix de l'emplacement du poste de travail mobile.

Pour être le plus efficace et ne pas créer de risques de contamination des denrées, l'installation et l'organisation d'un poste de travail mobile nécessite le respect des principes suivants :

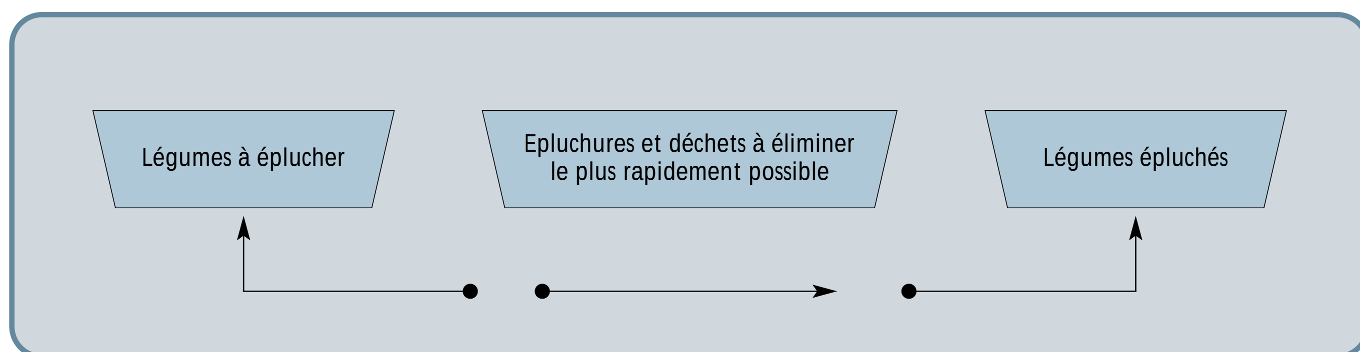
- **Définir le local approprié ou le secteur isolé le mieux adapté au travail à réaliser.**
- **Identifier les différentes phases (étapes techniques) du travail** (exemple : pour habiller une volaille : étirer - flamber - parer - vider - brider ou découper - parer les abattis - nettoyer et désinfecter le poste et le matériel).
- **Etablir une logique cohérente dans la progression du travail.**
  Respecter le principe de la marche en avant, établir les circuits les plus courts possible, éviter les croisements entre les produits propres et les produits souillés et déchets, et ne tolérer aucune marche en arrière. Cette analyse permet de travailler plus rapidement, plus confortablement et d'obtenir de meilleurs résultats.
- **Regrouper le matériel mobile le mieux adapté aux différentes phases du travail à réaliser** (plaques à débarrasser, calottes, planches à découper, couteaux spécifiques...).
- **Exécuter le travail selon le respect des techniques conventionnelles et les règles d'hygiène et de sécurité.**
- **Débarrasser, nettoyer, désinfecter et rincer le poste et le matériel.**

Si les denrées ne sont pas utilisées immédiatement, elles sont impérativement entreposées à couvert dans des enceintes réfrigérées à des températures réglementées (voir cours de technologie).

Installer et organiser un poste de travail mobile, c'est réfléchir et analyser, puis décomposer le travail en étapes techniques ; c'est aussi respecter une progression logique et cohérente, et choisir un matériel bien adapté.

Une installation rationnelle permet de limiter les gestes et la fatigue inutile, les déplacements, la perte de temps, les risques d'accidents et de travailler plus rapidement, plus confortablement et sans affolement, pour obtenir un résultat de meilleure qualité.

EPLUCHER DES LÉGUMES



Pour un droitier, l'enchaînement gestuel se fait de la gauche vers la droite, et inversement pour un gaucher.

EPLUCHER DES LÉGUMES



- Pour un droitier, la progression s'effectue de la gauche vers la droite. Trois récipients sont nécessaires (plaques à débarrasser, calottes ou bahuts).
  - A gauche, une plaque avec les légumes à éplucher (s'ils sont particulièrement terreux, ils peuvent être lavés au préalable).
  - Au centre, une deuxième plaque est utilisée pour recevoir les déchets, les parures et les épluchures.
  - A droite, un troisième récipient pour réserver les légumes épluchés.
- Dans le cas des pommes de terre, choisir une calotte ou un bahut contenant de l'eau froide.

LAVER DES LÉGUMES (I)

Pour obtenir un lavage efficace, plusieurs méthodes peuvent être envisagées.



Le lavage sous eau courante (pour les poireaux, par exemple).

- Le fût des poireaux partagé en quatre est écarté sous le robinet. La pression de l'eau entraîne efficacement la terre, le sable, les vers et les insectes.



Le lavage dans plusieurs bains successifs (trois minimum, davantage si nécessaire).

- Les légumes doivent être brassés et frottés très soigneusement, puis **transvasés à la main** dans un autre récipient contenant de l'eau propre et froide.



En aucun cas, les légumes ne doivent être égouttés en renversant la calotte ou le bahut.
Quel que soit le nombre de lavages, le sable et la terre restent au fond du récipient, **il est donc indispensable de retirer les légumes de l'eau en les égouttant avec les mains.**



- **Ne jamais égoutter les légumes en renversant la calotte, le sable et la terre restent au fond du récipient.**



• Parmi les légumes les plus courants, seules les pommes de terre doivent être réservées dans de l'eau propre et très froide. Les autres légumes sont égouttés à la main, et réservés à couvert en enceinte réfrigérée jusqu'au moment de leur utilisation.



PRÉCAUTIONS

Quelles que soient leurs utilisations, tous les fruits et légumes doivent être impérativement et soigneusement lavés, y compris l'ail, les échalotes et les oignons si souvent oubliés.

Les légumes souillés de terre et insuffisamment lavés peuvent contenir en plus des insectes :

- *des œufs de vers parasitaires embryonnés ou leurs larves (ascaris, lamblia, oxyures, larves de mouches, grande douve du foie, germes de colibacilles, bacilles dysentériques,...),*
- *des traces de produits chimiques utilisés en culture moderne (traitements parasitaires, engrais,...),*
- *des traces de compost biologique à base de matières fécales, eaux d'arrosage collectées dans des ruisseaux pollués ou dans des sources non agréées...*

(1) LA DÉCONTAMINATION

Il est possible d'améliorer considérablement la qualité microbiologique des légumes bruts destinés aux hors-d'œuvre (crudités) grâce à un bain dans une eau faiblement javellisée (2 gouttes d'eau de Javel à 12° chlorométriques pour 1 l d'eau, ou 10 cl pour 100 l d'eau, suivi d'un trempage d'environ 5 minutes). Le trempage en eau javellisée est impérativement suivi d'un rinçage en eau claire et d'un essorage.

Les fruits crus destinés à l'élaboration des desserts ou à consommer en l'état doivent être soigneusement lavés à grande eau, égouttés et réservés en bacs filmés à + 3 °C maximum (sauf fruits exotiques). Les bananes par exemple sont réservées à + 12 °C.

Il faut, bien entendu, veiller à la propreté du bac et des mains en cours d'opération.

REMARQUE

Il est déconseillé de laisser tremper les légumes dans de l'eau, sauf les pommes de terre. Un trempage abusif, surtout s'il est réalisé à la température de la cuisine ou de ses annexes, s'accompagne d'une prolifération microbienne (d'où fermentation) et d'une perte vitaminique et minérale plus ou moins importante.

TAILLER DES LÉGUMES



• Pour les droitiers, les légumes sont disposés à gauche, dans une plaque à débarrasser. Le taillage s'effectue au centre de la planche et les légumes taillés sont progressivement dirigés vers la droite, puis débarrassés dans un récipient approprié.
• Le taillage doit s'effectuer dans un délai rapproché du moment de la cuisson ou d'une transformation.
• Si du matériel électro-mécanique est utilisé, il doit être maintenu en parfait état de propreté (éventuellement, les accessoires seront réservés au froid).

HABILLER DES POISSONS

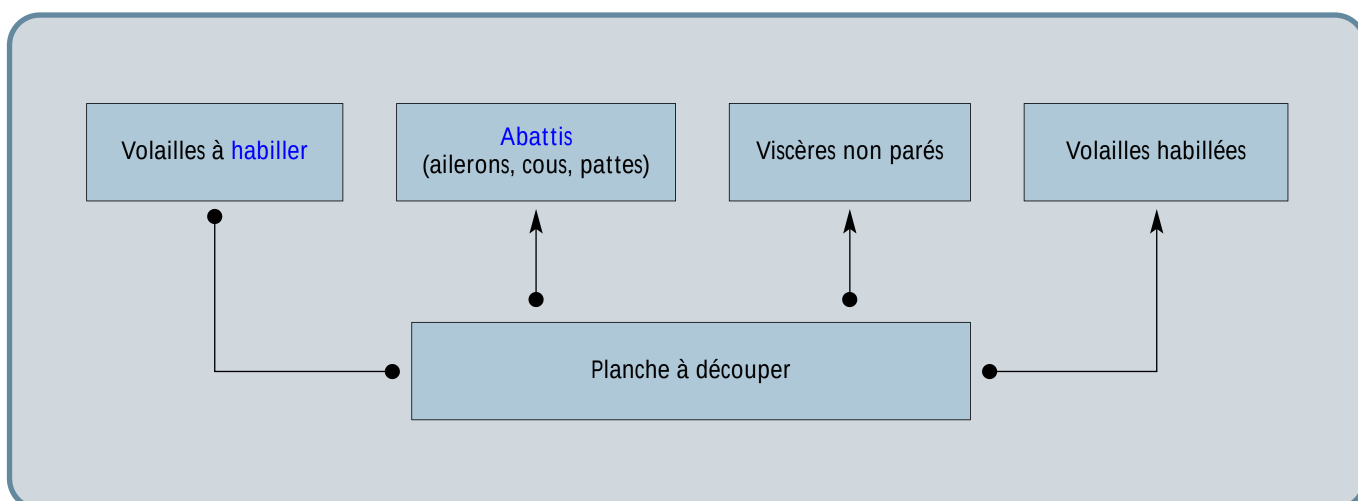


- L'habillage des poissons, et tout particulièrement l'éviscération, s'accompagne de projections. Cette opération doit être effectuée à l'écart des autres denrées, et si possible dans un local distinct.
- Après l'habillage, il est nécessaire d'évacuer immédiatement les déchets et de laver le poisson à l'eau glacée avant de l'entreposer dans des tiroirs garnis de glace fondante fraîchement pilée («timbres») ou dans une armoire spécifique aux poissons.
- Ensuite, un lavage et une désinfection du poste de travail, du matériel et des mains s'imposent.
- Pour les droitiers, les poissons à habiller sont disposés à gauche dans une plaque à débarrasser. Il faut prévoir une autre plaque pour les déchets et une troisième, placée à droite, pour recevoir les poissons éviscérés.

HABILLER DES VOLAILLES



- L'habillage des volailles non vidées ou simplement effilées, entraîne une dissémination importante de germes (salmonelles, par exemple) contenus dans leurs viscères.
- L'installation du poste de travail doit permettre une progression rationnelle des opérations.
- Le respect de cette «marche en avant» nécessite, dans un premier temps, la séparation immédiate des viscères dans un récipient différent **sans jamais les déposer sur la planche à découper**.
- Puis, dans un deuxième temps, après le vidage de toutes les volailles, séparer et parer les viscères (défiéler les foies, déhousser les gésiers, parer les cœurs...) et les déposer séparément dans des récipients appropriés.
- Les déchets sont immédiatement éliminés et un lavage s'impose, suivi d'une désinfection et d'un rinçage du poste de travail, du matériel et des mains (voir fiches de procédures).



LA COUTELLERIE PROFESSIONNELLE

(Voir également le livre «Technologie culinaire» - Editions BPI).

LA BOÎTE À COUTEAUX ou LA MALLETTE DES APPRENTIS





Le travail en cuisine nécessite l'utilisation de couteaux.

- Certains, d'utilisation courante, appartiennent personnellement au cuisinier.
- D'autres, d'utilisation plus spécifique, seront à la charge de l'entreprise (feuille à fendre, couperet, batte, etc.).

Les différentes utilisations des couteaux (épluchage, taillage, tournage, désossage) étant très diverses, les couteaux le seront également.

Les lames peuvent être courtes, épaisses, rigides, flexibles, mais toujours adaptées à un travail particulier.

C'est pourquoi le choix judicieux d'un couteau a une importance prépondérante dans la qualité, la rapidité, la précision et la sécurité d'un travail donné.

LA SÉCURITÉ LORS DE L'UTILISATION DES COUTEAUX



RECOMMANDATIONS

Ces outils sont particulièrement dangereux, mais beaucoup d'accidents peuvent être évités :

- *Par l'achat de couteaux de bonne qualité et parfaitement entretenus.*
- *Par la rationalisation des gestes et par une excellente méthode d'organisation du poste de travail.*
- *Par un poste de travail maintenu en ordre, et toujours débarrassé de tous les couteaux inutiles. (La méthode consistant à placer tous ses couteaux en «exposition» sur un torchon près de sa planche à découper est à proscrire).*
- *Par la conception de postes de travail séparés et suffisamment spacieux afin que l'utilisateur ne puisse pas être heurté, ou heurter lui-même son voisin.*
- *Par des utilisateurs d'une grande stabilité émotionnelle et particulièrement conscients et avertis des risques engendrés par une mauvaise utilisation et ne devant en aucun cas se laisser distraire pendant un travail de découpe ou de taillage.*

Il est rappelé que l'on ne doit pas se déplacer un couteau à la main, mais que dans un cas extrême, il est indispensable de diriger la pointe du couteau vers le sol, et de se déplacer sans affolement.

Les couteaux doivent tous être rangés dans le même sens, et dans un endroit pratique placé à proximité immédiate de la table de travail (tiroir sous le plan de travail, barre aimantée).



COUTEAUX MAL RANGÉS
COUPURES ASSURÉES

L'ENTRETIEN DES COUTEAUX

- Les couteaux doivent être maintenus en parfait état de propreté et bien affûtés (dans le cas contraire, l'utilisateur doit fournir un effort supplémentaire et contrôle difficilement la précision du parcours de sa lame, en aggravant de ce fait les risques de coupures).
- L'affûtage doit être pratiqué régulièrement et aussi souvent que nécessaire à l'aide d'un fusil. L'importance de la garde du fusil sera prépondérante en matière de sécurité. Il existe plusieurs méthodes d'affûtage, celle qui consiste à placer le tranchant de la lame vers l'extérieur et non vers la main est vivement conseillée.
- Le port d'un gant métallique pour un débutant peut être envisagé.
- Lorsque le tranchant est devenu trop épais et que le fil ne peut plus être redonné à l'aide d'un fusil, il faut reporter les couteaux chez le coutelier repasseur. Celui-ci, à l'aide d'une meule à eau et sans chauffer, émoudra (amincira) l'acier de la lame afin de lui redonner le fil de coupe.
- **Les couteaux doivent être lavés après chaque utilisation (eau chaude plus détergent désinfectant, puis rinçage à l'eau très chaude à plus de 63 °C), et rangés à l'abri de tout risque de contamination.**
- Sont à proscrire les trousses, gaines et sacoches en cuir hermétique.
- La désinfection des couteaux peut se faire suivant leur fabrication par trempage dans de l'eau additionnée d'un désinfectant ou dans de l'eau javellisée, suivie d'un rinçage à plus de 63 °C ou par l'utilisation, pour les cuisines centrales ou les ateliers de découpe, d'une armoire de stérilisation.



Document Tournus

ARMOIRE DE STÉRILISATION

Cette armoire est équipée d'un tube germicide à vapeur de mercure qui a une action stérilisante absolue sur les germes.

TABLEAU DES DIFFÉRENTS COUTEAUX ET PETITS OUTILS, INDIVIDUELS OU COLLECTIFS, UTILISÉS EN CUISINE



COUTEAU D'OFFICE

Manche noir à virole.
Lame de 7 à 11 cm.
Sert principalement à éplucher et tourner les légumes.



COUTEAU À «FILET DE SOLE»

Lame très flexible, de 17 à 20 cm.
Sert principalement à lever les filets de poisson, et occasionnellement à ciseler les oignons ou les échalotes.



COUTEAU ÉMINCEUR

Lame rivetée, rigide et épaisse, de 18 à 22 cm.
Sert principalement à tailler et à émincer les légumes.

SUITE



COUTEAU DE CUISINE OU DE CHEF

Lame rivetée très épaisse, de 25 à 30 cm.
Sert principalement à découper les viandes crues, les volailles et à hacher finement.



COUTEAU ABATTE OU ABATTRE OU DEMI-BATTE

Lame rivetée particulièrement épaisse au talon (6 à 8 mm) de 25 à 30 cm.
Sert particulièrement à fendre les sections cartilagineuses et osseuses, à concasser les os ou à aplatir les pièces de viande.



COUTEAU À POISSON

Lame rivetée de 35 à 40 cm, aux dents profilées.
Sert principalement à couper les darnes de gros poissons.



CISEAUX À POISSON

Acier poli ou inoxydable, à très forte denture.
Servent à ébarber les poissons.



COUTEAU ÉCONOME

Manche noir à virole.
Sert exclusivement à peler (éplucher) les légumes et certains fruits.



COUTEAU CANNELEUR

Manche noir à virole. Modèle pour gaucher.
Sert à historier (canneler) les légumes et les fruits (carottes, concombres, citrons, oranges).



COUTEAU À DENTS DE LOUP

Manche noir à virole.
Sert à historier certains fruits et légumes.



VIDE ANANAS ET VIDE POMME
Manche noir à virole.
Sert à évider et éliminer le centre (cœur, péricarpes, pépins) des ananas, des pommes ou des poires.



CUILLER À LEVER LES LÉGUMES
Manche noir à virole.
Cuillers appelées suivant leurs utilisations : à ox-tail, à pommes noisettes, parisienne, etc.



DÉNOYAUTEUR OU PINCE À DÉNOYAUTER
Sert à éliminer les noyaux des olives ou des cerises.



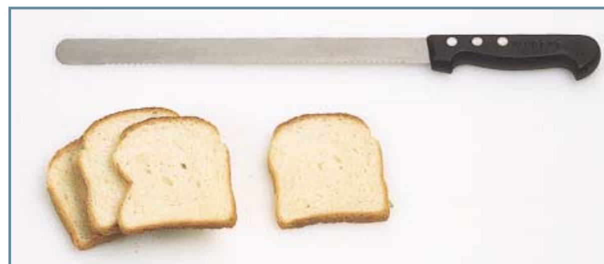
COUPE ŒUFS
Sert à découper régulièrement les œufs, en tranches ou en quartiers.



COUTEAU TRANCHE-LARD
Manche noir à virole, lame flexible de 30 à 35 cm.
Sert principalement à trancher les viandes rôties (gigot, grosses pièces de bœuf sans os), et occasionnellement, à lever les filets des très gros poissons ronds (saumon, colin).



COUTEAU À JAMBON À L'OS
Lame flexible, «à olive», rivetée, de 28 à 32 cm.
Sert principalement à découper des tranches fines et minces (jambon, saumon fumé ou mariné).



COUTEAU SCIE
Lame rigide, rivetée, de 20 à 25 cm.
Sert principalement à couper le pain, le pain de mie, les entremets, la génoise, les biscuits.



COUTEAU À DÉNERVER
Lame flexible, rivetée, de 15 à 20 cm.
Sert à parer, dénerver, dégraisser les pièces de viande de boucherie.

SUITE



COUTEAU À DÉSOSSER
Lame rigide, rivetée, de 14 à 18 cm.
Sert à désosser les pièces de viandes crues (carré d'agneau, de veau, etc.).



FUSIL À MÈCHE RONDE ET PLATE
30 cm.
Sert à redonner «le fil» aux couteaux (le tranchant).



FOURCHETTE «DIAPASON»
Sert à retourner les pièces supportant d'être piquées (volailles, pièces de viandes blanches).



Différents modèles de
SPATULE PLATE ET DE SPATULE COUDÉE
Lame inox flexible, à virole ou rivée, de 15 à 30 cm.
Sert à retourner les viandes ou les poissons ne supportant pas d'être piqués, à masquer, lisser et égaliser.



COUTEAU ÉCAILLEUR
Sert à l'habillage des poissons (écailler).



COUTEAU À HUÎTRES
Sert principalement à ouvrir les huîtres, mais aussi, selon les modèles, les moules, les praires, les palourdes, les coquilles Saint-Jacques, etc.



LARDOIR
Manche à virole.
Sert à larder les grosses pièces de viande de boucherie.
Exemple : aiguillette de bœuf.

AIGUILLES À PIQUER
Sert à piquer certaines petites pièces de viande, d'abat ou de poisson, de petits bâtonnets de lard gras, de truffe ou de rouge de carotte.



AIGUILLE À BRIDER

Sert, à l'aide de ficelle, à fixer et maintenir les membres des volailles, afin de favoriser la présentation et régulariser la cuisson.



BATTE À CÔTELETTES

Permet d'aplatir et de régulariser l'épaisseur de certaines pièces de viande ou de poisson.



FEUILLE À FENDRE À DOS DROIT

Permet de fendre, couper ou concasser les parties cartilagineuses ou osseuses des grosses pièces de viande.



SCIE À OS

Permet de partager certaines carcasses ou de couper de gros os particulièrement durs.



PINCEAU PLAT

Permet de lustrer au beurre les grillades, les omelettes, ou de dorer les pièces de pâtisserie avant cuisson.



CORNE ET RACLETTE DE CAOUTCHOUC

Permettent de corner efficacement.



MANDOLINE

Permet différentes tailles de légumes :

- julienne
- pommes paille
- pommes allumettes
- pommes chips
- pommes sautées
- pommes gaufrettes
- carottes, navets émincés.

LA BATTERIE DE CUISINE

DÉFINITION

La batterie de cuisine regroupe l'ensemble du matériel ou des «ustensiles» mobiles nécessaires à la préparation et à la cuisson des aliments.

CLASSIFICATION

La batterie de cuisine comprend trois sortes de matériel :
- **le matériel mobile de cuisson** (russes, sauteuses, sautoirs, etc.)
- **le matériel de préparation et le matériel à débarrasser** (plaques, calottes, bahuts, bains-marie, bacs «gastronormes» - *voir l'ouvrage «Technologie culinaire» - Editions BPI)*
- **le petit matériel ou ustensiles accessoires** (louches, écumoires, fouets, chinois, etc.)

MATÉRIAUX UTILISÉS

MATÉRIEL MOBILE DE CUISSON

- **Cuivre non étamé :** bassines à reverdir, poêlons à sucre, bassins à génoises.
- **Cuivre étamé de forte épaisseur, martelé ou embouti :** russes, sauteuses, sautoirs, etc.
- **Cuivre extérieur, acier inoxydable intérieur** (inocuivre, cuprinox, cuivre-inox) : russes, sauteuses, sautoirs, casserolettes, cocottes rondes et ovales, poêles rondes et ovales, matériel de présentation et de flambage.
- **Cuivre de forte épaisseur, plaqué nickel :** idem cuivre et inox.
- **Aluminium embouti ou martelé de forte épaisseur :** rondeaux, marmites basses et hautes, plaques à rôtir, turbotières, poissonnières.
- **Acier inoxydable • 18/10 • fond cuivre ou aluminium recouvert d'acier inoxydable (fond «sandwich») :** russes, sautoirs, sauteuses, rondeaux, marmites, etc.
- **Tôle d'acier noir de forte épaisseur :** poêles à poissons, à omelettes, à crêpes, à blinis, dessous de tourtières, plaques à pâtisserie, bassines à friture.
- **Fonte :** marmites à ragoûts, cocottes, poêlons.

MATÉRIEL DE PRÉPARATION ET MATÉRIEL À DÉBARRASSER

- **Acier inoxydable :** plaques, calottes, bahuts.
- **Plastiques alimentaires (polycarbonates) :** bacs modulaires aux dimensions «gastronormes» (GN).

PETIT MATÉRIEL ET USTENSILES ACCESSOIRES

- **Acier inoxydable :** louches, pochons, spatules à réduction.
- **Fer étamé (en voie de disparition) :** araignées, paniers à nids, passoires à queue.
- **Exoglass :** spatules, découpoirs.
- **Polycarbonate :** planches à découper, rouleaux à pâtisserie.

PROPRIÉTÉS DES MATÉRIAUX

Les matériaux utilisés pour la fabrication du petit matériel mobile de cuisson doivent être :
- fabriqués à partir de matériaux alimentaires ne présentant aucun risque de toxicité,
- bons conducteurs de la chaleur sans point de surchauffe et indéformables,
- résistants aux chocs, aux mauvais traitements et aux utilisations successives,
- faciles à entretenir.

Les récipients utilisés sur les plaques électriques doivent être pourvus de fonds renforcés et dressés au tour pour avoir une surface parfaitement plane, indéformable et une bonne conductibilité de la chaleur.

Pour les récipients spécifiques aux plaques à induction, voir le cours correspondant.

Les poignées, les anses, et les queues doivent être stables, équilibrées, faciles à tenir, et solidement fixées par des rivets de forte section.

CAS PARTICULIER DU MATÉRIEL EN CUIVRE

Dans le cas de l'utilisation du matériel non étamé, il est indispensable de le nettoyer avant chaque utilisation, avec du sel et du vinaigre, puis de le rincer soigneusement à l'eau courante pour bien éliminer le vert de gris.

L'utilisation en cuisine du matériel en cuivre nécessite les précautions suivantes :
- *nettoyage au sel et au vinaigre avant chaque utilisation pour le matériel non étamé,*
- *vérification régulière de l'étamage, particulièrement au fond du récipient et au niveau des rivets, des anses, ou de la queue.*



Le cuivre est un matériau de cuisson et non de débarrassage : il ne faut jamais y laisser séjourner les aliments (risque d'oxydation du cuivre, avec formation de vert de gris).

MATÉRIEL MOBILE DE CUISSON



RUSSE
(cuivre étamé et acier inoxydable)
Permet de cuire les aliments en petites quantités dans un liquide.



SAUTOIR
(cuivre étamé et acier inoxydable)
Permet de réaliser les viandes sautées (côtes de porc ou de veau, tournedos, noisettes, etc.).



SAUTEUSE
(cuivre étamé)
Permet :
- de réaliser les viandes sautées (côtes de veau, noisettes d'agneau, suprêmes de volailles),
- d'étuver les légumes,
- de confectionner les sauces (hollandaise, béarnaise, veloutés, Béchamel, etc.).



PLAQUE À RÔTIR
(cuivre étamé et acier inoxydable)
Permet de rôtir les viandes et les volailles.



RONDEAU HAUT OU MARMITE BASSE
(acier inoxydable et cuivre étamé)
Permet de cuire dans un liquide (fonds, potages, pâtes alimentaires, riz créole, légumes secs, viandes pochées, etc.).



RONDEAU PLAT OU BAS
(cuivre étamé et acier inoxydable)
Permet de cuire lentement et régulièrement les ragoûts, les poêlés, les braisés et de réaliser les sauces et les veloutés.

SUITE



MARMITE OU «POT AU FEU»
(cuivre étamé et acier inoxydable)
Permet de cuire dans une grande quantité de liquide.



BRAISIÈRE
(cuivre étamé)
Permet de braiser de grosses pièces de viande.



PLAQUE À POISSON
(cuivre étamé et cuivre et acier inoxydable)
Permet de cuire les poissons pochés au court-mouillement.



TURBOTIÈRE
(cuivre étamé)
Permet de pocher ou de braiser les poissons plats (turbots, barbues, ...).



POISSONNIÈRE
(cuivre étamé et acier inoxydable)
Permet de pocher ou de braiser les poissons longs (saumons, brochets, tronçons de colin, ...).



CASSEROLE À POMMES ANNA
(cuivre étamé)
Permet de cuire les pommes Anna, Darphin, et leurs dérivés.

MATÉRIEL DE PRÉPARATION ET MATÉRIEL À DÉBARRASSER



MARMITE À POMMES VAPEUR
Permet de cuire ou de présenter des pommes vapeur.



POÊLES
(tôle d'acier noir de forte épaisseur : elles sont progressivement remplacées par des poêles recouvertes d'un revêtement antiadhésif)

- **Poêle à poisson ovale**
  Permet de cuire les poissons meunière.
- **Poêle à omelettes**
  Permet de réaliser les omelettes ou de faire sauter certains légumes (pommes de terre, endives, courgettes, aubergines).
- **Poêle à crêpes**
  Permet de réaliser les crêpes.



Les poêles en tôle d'acier ne se portent pas à la plonge. Elles sont chauffées et frottées avec du gros sel, remises sur le brûleur avec de l'huile (voir affranchir ou affriter), puis essuyées avec un chiffon propre ou du papier absorbant et rangées à l'abri des projections.



PLAQUE À DÉBARRASSER
(acier inoxydable)
Permet d'éplucher, de transporter ou de débarrasser les aliments.



CALOTTE
(acier inoxydable)
Permet de débarrasser, de transporter ou de réserver les aliments ; peut être utilisée pour laver les légumes.



BAHUT
(acier inoxydable)
Permet de débarrasser, de transporter ou de réserver des aliments dans un liquide ; peut être utilisé pour laver les légumes et faire dégorger les viandes et les poissons.

SUITE



BAIN-MARIE À SAUCE

(acier inoxydable, cuivre étamé)
Permet de débarrasser et de maintenir les sauces au chaud.



BAIN-MARIE À POTAGE

(acier inoxydable)
Permet de débarrasser et de maintenir les potages au chaud.



BAIN-MARIE À SAUCE

(acier inoxydable)
Permet de débarrasser et de maintenir les sauces au chaud.
La **caisse à bain-marie** (plaque à bords hauts) comporte une grille. Cette caisse reçoit les bains-marie et de l'eau qui ne doit pas bouillir.



BAC GASTRONORME (GN)

(acier inoxydable) - récipient modulaire et gerbable
Permet de débarrasser, de refroidir, de transporter, de remettre en température ou de cuire les aliments (peut s'insérer dans les comptoirs de distribution).



BAC GASTRONORME (GN)

(polycarbonate) - récipient modulaire et gerbable
Permet de préparer, congeler, débarrasser et servir les aliments.
Les dimensions des bacs gastronormes correspondent aux normes internationales de standardisation du matériel de cuisson *(voir l'ouvrage «Technologie culinaire» - Editions BPI).*

LE PETIT MATÉRIEL ET USTENSILES ACCESSOIRES



CHINOIS ÉTAMINE ET CHINOIS ORDINAIRE

(acier inoxydable)
Permet de passer (filtrer) les fonds, les sauces et les potages.



PASSOIRE À ANSES ET PASSOIRE À QUEUE

(acier inoxydable et aluminium)
Permet d'égoutter les aliments ou de les réchauffer «en chauffante»



LOUCHE - POCHON - ÉCUMOIRE

(acier inoxydable)



DIFFÉRENTES SPATULES

- à réduction
- à poisson (acier inoxydable)
- en exoglass : les spatules en exoglass permettent de mélanger les préparations consistantes.



FOUET À BLANCS

(fils d'acier étamés)
Permet de monter les blancs en neige et les génoises.

FOUET À SAUCE

(acier inoxydable)
Permet de mélanger ou de fouetter intimement les mélanges liquides ou peu liés.

LE MATÉRIEL SPÉCIFIQUE À LA PÂTISSERIE



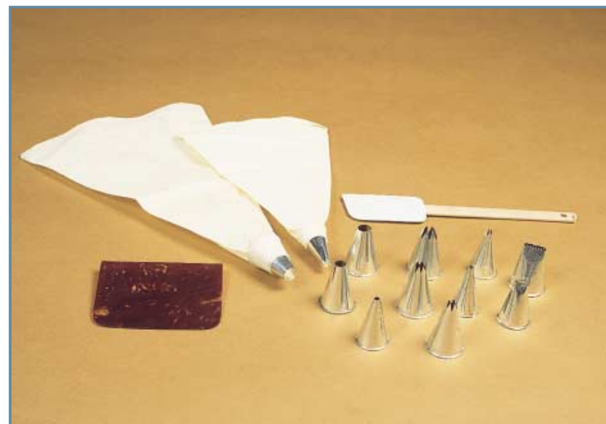
PLAQUE ET GRILLE À PÂTISSERIE, TOURTIÈRE



TAMIS, ROULEAU, BROSSE À FARINE, COUPE-PÂTE, PIQUE-VITE



BASSIN ET FOUET À BLANCS



POCHE, DOUILLES DIVERSES CANNELÉES ET UNIES, CORNE ET «MARYSE»



POÊLON À SUCRE
(cuivre non étamé)



COUPE-PÂTE OU EMPORTE-PIÈCE
calibres à «vol-au-vent», découpoirs ovales et ronds cannelés, à pâte d'amande ou à gelée, poisson, fleurs diverses.



MOULE SANS FOND OU À FOND MOBILE
rectangle à flan, cercle à tarte, cercle à entremets, tourtière cannelée à fond mobile.



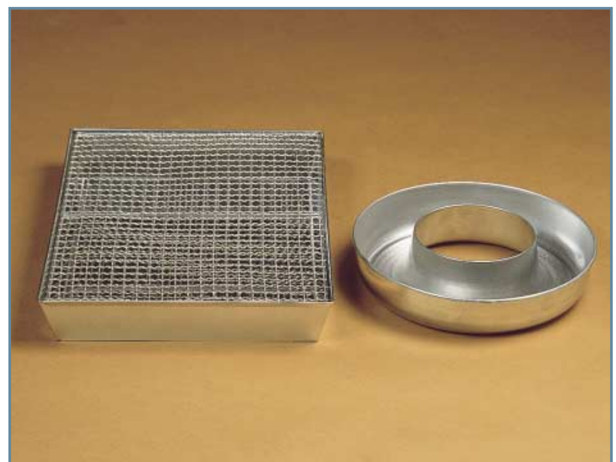
GOUTTIÈRE À BÛCHE DE NOËL, CAISSE À GÉNOISE, MOULE À MANQUÉ ROND ET CARRÉ, MOULE ROND CANNELÉ DIT «À PAIN DE GÊNES»



MOULE À KOUGLOF, MOULE À «TROIS FRÈRES»
(fond torsadé et douille centrale)
MOULE À MANQUÉ ROND À ROSACE



MOULE À BRIOCHE MOUSSELINE ET À CÔTES, MOULE À CHARLOTTE, DARIOLES
(de tailles diverses)



CANDISSOIRE ET COURONNE À SAVARIN



MOULE À TARTE TATIN

SUITE



MOULE À PÂTÉ LONG À CHARNIÈRES, MOULE À PÂTÉ OVALE À CÔTES ET À CHARNIÈRES, MOULE À CAKE



TARTELETTE CANNELÉE, MILLASSON À QUICHE OU À FLAN, TARTELETTE UNIE, BARQUETTE UNIE OU CANNELÉE



THERMOMÈTRE À SUCRE OU DE CONFISEUR, PINCEAU À DORURE, VIDE-ANANAS ET VIDE-POMME, PINCE À CHIQUETER OU À TARTE, PÈSE-SIROP, SAUPOUDREUSE OU SAUPOUDRIÈRE OU GLACIÈRE, RACLETTE CAOUTCHOUC OU «MARYSE»



BAC ET CUILLER À GLACE, MOULE CARRÉ À ROSACE, MOULE À BOMBE



PLAQUES MULTI-EMPREINTES «FLEXIPAN», TOILE DE CUISSON ANTIADHÉSIVE «SILPAT»



PRÉCAUTIONS

Le petit matériel utilisé lors de la fabrication des glaces (calottes, chinois, bacs et cuillers à glace) doit être lavé, désinfecté (produit à pouvoir désinfectant agréé) et rincé avant et après chaque utilisation, égoutté sans essuyage (ou essuyé à l'aide d'un linge stérilisé ou d'un essuie-tout en papier jetable).

Il est réservé à l'abri de toutes souillures extérieures jusqu'à la prochaine utilisation.

Pour plus de précisions, consulter le plan de nettoyage et appliquer les procédures spécifiques à la glacerie.

LE MATÉRIEL ÉLECTROMÉCANIQUE

Le matériel électromécanique constitue l'ensemble des appareils (robots de cuisine) possédant un moteur électrique.

Ce matériel permet :
- de travailler plus rapidement et plus régulièrement
- de rendre le travail moins pénible
- d'obtenir un meilleur rendement.

Quelques exemples d'appareils électromécaniques :
- **le batteur mélangeur et ses accessoires**
- **l'éplucheuse, la laveuse et l'essoreuse à légumes**
- **le trancheur universel (machine à jambon)**
- **le cutter à cuve fixe ou tournante**
- **les différents mixeurs et les accessoires pour tailler les légumes**
- **le hachoir à viande**
- **le tranche-pain**
- **le laminoir**



Document Robot-coupe

CHOIX DES APPAREILS

Ces appareils sont extrêmement variés, certains sont d'une utilisation spécifique (tranche-pain) d'autres plus polyvalents (mixeurs, coupe-légumes...).

Ils doivent être parfaitement adaptés à l'importance de l'établissement et au nombre de couverts à réaliser.

Un petit établissement optera pour des appareils polyvalents, un plus grand pour des appareils spécifiques.

LA SÉCURITÉ

L'utilisation des appareils électromécaniques présente des risques essentiels :

- présence d'une lame tranchante
- présence d'organes mobiles tournant parfois à grande vitesse
- présence conjuguée de l'eau et de l'électricité.



RECOMMANDATIONS

- *Vérifier le bon état du cable d'alimentation et de sa liaison à la terre.*
- *Vérifier le bon calibrage des fusibles.*
- *Manipuler sans brutalité les leviers, poignées, interrupteurs, sélecteurs de vitesses, etc.*
- *Utiliser les appareils conformément aux notices livrées par le constructeur (utiliser toujours les gardes, pousse-talons pour les trancheurs, pilons pour les machines à hacher).*
- *Respecter les volumes et les poids compatibles avec les appareils (en cas de bourrage : couper immédiatement l'alimentation en électricité).*
- *Prendre le maximum de précautions pour manipuler les lames, les couteaux ou autres parties tranchantes (utiliser des gants anti-coupure).*
- *Vérifier périodiquement le bon fonctionnement des organes de sécurité.*



PRÉCAUTIONS

- *Afficher les procédures de nettoyage et de désinfection à proximité des appareils.*
- *Effectuer les opérations de nettoyage hors tension (appareil débranché).*
- *Utiliser des produits de nettoyage et de désinfection autorisés (il est rappelé que les appareils tranchants doivent être lavés et désinfectés par chaque demi-journée de travail).*
- *Les petites pièces démontées et tous les petits accessoires (lames, grilles, poussoir, fouet, crochet, palette...) doivent être rangés à l'abri de la poussière, des éventuelles projections (lors du lavage des postes) et de toute source de contamination.*
- *Il est rappelé que tout le matériel doit être répertorié sur des fiches de contrôle. Ces fiches doivent comporter :*
  - *la désignation du matériel*
  - *le fournisseur*
  - *le numéro de série*
  - *la date d'acquisition*
  - *la fréquence de la maintenance (révisions)*
  - *les dates et la nature des interventions*
  - *les coordonnées de la société de maintenance (nom de la personne, n° de téléphone)*
  - *la signature du responsable.*
- *Effectuer périodiquement des auto-contrôles visuels ou microbiologiques.*

SUITE

Exemple d'une affiche de sécurité distribuée par les établissements DITO-SAMA et devant être placée au-dessus des appareils «à hauts risques».

A AFFICHER OBLIGATOIREMENT SUR LE LIEU D'UTILISATION

ATTENTION !
SECURITE DU TRAVAIL

PRÉCAUTIONS A OBSERVER

1 - L'utilisation de cette machine est interdite à toute personne non qualifiée (obligation de formation du personnel aux postes de travail, loi n° 76-1106, art. 1 et décret n° 79-228, notamment art. R 231-36).

2 - Interdiction formelle d'introduire les mains dans la zone de travail pendant le fonctionnement.

ZONES INTERDITES

MÉLANGEURS : intérieur de la cuve	COUPE-PAIN : alimentation et évacuation
HACHOIRS : goulotte d'alimentation	COUPE-LÉGUMES : alimentation et évacuation
PASSE-TOUT : intérieur de la cuve	ÉPLUCHEUSES : chambre d'épluchage
PÉTRINS : intérieur de la cuve (*sauf dans zone de prélèvement*)	CUTTERS : intérieur de la cuve

3 - N'utiliser que les équipements livrés avec la machine (pilon, etc.), prohiber couteau, fourchette.

4 - Toujours arrêter la machine avant toute intervention ou démontage.

5 - Respecter les consignes et conseils d'utilisation figurant sur la notice d'instructions jointe à la machine.

DITO SAMA

Z.I. du Mont
23200 AUBUSSON - FRANCE
Tél. (33) 05.55.83.23.23
Fax (33) 05.55.66.11.08 - Télex : 590006F
http://www.dito-sama.com - E-mail : ditosama@wanadoo.fr



Batteur mélangeur • Modèles de table

DIFFÉRENTS TYPES D'APPAREILS

LE BATTEUR MÉLANGEUR



Document Dito-Sama

Grâce à ses différents accessoires : crochet, palette, fouet, le batteur mélangeur permet tous les types de mélanges (battre, pétrir, malaxer). Selon les modèles, des accessoires auxiliaires peuvent être adaptés : coupe-légumes, hachoir à viande, cutter, meule, presse purée, râpe à fromage...
Certains appareils peuvent recevoir en option un système de chauffage et un chariot porte-cuve.



SÉCURITÉ

En cas d'urgence, les batteurs mélangeurs sont équipés d'un bouton d'arrêt de type «coup de poing» bloquant net le fonctionnement de l'appareil. Une grille de protection ou une cellule électronique empêche l'introduction accidentelle de la main dans la zone de mélange.

L'ÉPLUCHEUSE À LÉGUMES



Document Dito-Sama

Cet appareil permet l'épluchage des pommes de terre, des carottes, des navets, des céleris-raves, des salsifis. Par le biais d'un changement de plateau, effectué instantanément sans outil, il permet d'éplucher également les oignons et les pommes-fruits. Il existe une option plateau abrasif spécial pour le grattage des moules et des coquillages.

Il est souhaitable d'afficher à proximité de l'appareil son mode de fonctionnement et d'entretien.

L'éplucheuse (parmentière) agit sur la peau des légumes par abrasion comme le ferait du papier de verre. L'eau à l'intérieur de la cuve entraîne les déchets.

Pour ne pas obstruer les canalisations, il est conseillé d'installer un bac filtrant pour récupérer les «fécules». Ce bac doit être lavé et désinfecté après chaque utilisation.



SÉCURITÉ

Les éplucheuses sont équipées d'un bouton d'arrêt d'urgence. L'ouverture intempestive du couvercle stoppe net le fonctionnement de la machine.

LE COUPE-LÉGUMES



Document Robot-coupe

Le coupe-légumes permet, en combinant entre eux plateaux, grilles et râpes, de réaliser de nombreuses sortes de découpes différentes (+ de 60 pour certains modèles) : tranchage, émincage, effilage, râpage... sert également à tailler les pommes de terre traitées à la friture ainsi que la macédoine.

Une notice de montage et d'entretien doit être disponible pour les utilisateurs.
Il est rappelé que tous les accessoires (grilles, couteaux, râpes) doivent être lavés et désinfectés après chaque utilisation puis réservés à l'abri de toute source de pollution.



SÉCURITÉ

- ***Débrancher l'appareil avant toute intervention manuelle (nettoyage, réglage).***
- ***Utiliser systématiquement le poussoir d'origine.***
- ***Démonter et laver les couteaux avec précaution (il est possible d'utiliser un gant de sécurité).***
- ***Les coupe-légumes sont équipés d'un bouton d'arrêt d'urgence de type coup de poing.***

L'ESSOREUSE À LÉGUMES



Document Robot-coupe

L'essoreuse à légumes permet d'essorer (d'égoutter) tous les légumes gorgés d'eau ou venant d'être lavés (salades, haricots verts, pommes de terre devant être traitées en friture...)

Fonctionnement :
un moteur électrique entraîne une cuve de forme cylindrique. Par la force centrifuge, les légumes se débarrassent de leur eau.



SÉCURITÉ

- ***Suivre les indications édictées par le fabricant.***
- ***Respecter le poids de la charge.***
  Un appareil trop chargé ne s'arrête pas rapidement en cas d'urgence.
- ***Les essoreuses sont équipées d'un bouton d'arrêt d'urgence.***
- ***L'ouverture du couvercle doit permettre l'arrêt net de la cuve.***
- ***Ne jamais mettre sa main à l'intérieur avant son arrêt complet.***

LE FOUET ET MIXEUR PLONGEANT



Document Dito-Sama

Les mixeurs plongeants permettent de réduire les légumes en purée (potages plus spécialement), d'émulsionner et d'homogénéiser certaines sauces. Mixeurs et fouets plongeants procurent l'avantage de travailler directement dans le récipient de cuisson et limitent de ce fait les manipulations et les transvasements.



SÉCURITÉ

Ces petits appareils mobiles sont très dangereux.

- ***Débrancher l'appareil immédiatement après chaque utilisation.***
- ***Le maintenir durant son fonctionnement toujours plongé (risques d'éclaboussures et de brûlures graves).***
- ***Vérifier périodiquement le bon état du couteau et son parfait équilibre (vibrations).***

LE HACHOIR À VIANDE (modèle de table)



Document Bonnet

Permet, comme son nom l'indique, de hacher toutes les viandes pour la confection de farces diverses et de steaks hachés.

Choisir l'appareil entièrement en acier inoxydable, sans aspérités afin de faciliter le nettoyage, et entièrement démontable sans outil.

REMARQUE

La viande hachée étant un produit particulièrement fragile et rigoureusement réglementé, tous les accessoires du hachoir devront être lavés et désinfectés après chaque utilisation et réservés de préférence en enceinte réfrigérée.

! DANGER !

SÉCURITÉ

- ***L'utilisation du poussoir d'origine est obligatoire. N'utilisez jamais les doigts ou le manche d'un couteau.***
- ***Ne jamais visser l'écrou de corps à l'excès (risque de blocage).***
- ***Ne pas faire fonctionner l'appareil à vide (risque d'échauffement).***
- ***Maintenir en permanence le corps de hachage, les couteaux, les grilles et la vis en enceinte réfrigérée.***
- ***Vérifier systématiquement l'état des grilles et le tranchant des couteaux.***

LE TRANCHEUR UNIVERSEL (machine à jambon)



Cette machine permet de découper rapidement et régulièrement la charcuterie, les viandes cuites sans os (rôtis), le pain de mie pour les canapés, etc.
L'épaisseur des tranches est réglée grâce à un sélectionneur de grande précision. Certains appareils sont munis d'un affûteur automatique efficace et amovible et d'un compteur de tranches.

! DANGER !

SÉCURITÉ

Il s'agit de l'appareil le plus dangereux. Les 2/3 des accidents de machine en cuisine se produisent lors de l'utilisation et du nettoyage de la machine à jambon.

- ***Débrancher systématiquement l'appareil avant chaque intervention.***
- ***Ramener impérativement l'épaisseur à zéro après chaque utilisation.***
- ***Utiliser impérativement le pousse-talon et les goulottes à saucissons, jamais la main.***
- ***Arrêter la coupe lorsque le produit ne présente plus une épaisseur suffisante.***
- ***Interdire la coupe en biais.***
- ***Utiliser un gant de protection pour démonter la lame.***
- ***Raffermir en enceinte réfrigérée les produits à trancher.***

SUITE

LE CUTTER OU MIXEUR À CUVE TOURNANTE



Document Hobart

Grâce à la grande vitesse de rotation du couteau (1 500 à 3 000 tours/minute), cet appareil permet d'obtenir en quelques secondes du persil ou des oignons finement hachés, de confectionner des farces diverses (quenelles, terrines, chair à saucisse, viande hachée), des beurres composés, la sauce mayonnaise et ses dérivés, de pétrir diverses pâtes (brisée, sablée, détrempe de feuilletage).



SÉCURITÉ

Les risques sont essentiellement dûs aux couteaux rotatifs. Risque d'éclatement et de coupures lors du nettoyage. Tous ces appareils doivent être munis d'un système de verrouillage absolu lié à la fermeture du capot et provoquant l'arrêt complet de l'appareil si celui-ci est mal positionné ou mal fermé.

- *Débrancher systématiquement l'appareil avant toute intervention.*
- *Alimenter la cuve progressivement (risque de bourrage et d'échauffement).*
- *En cas de bourrage, ne jamais introduire la main ni un ustensile (manche de couteau ou de spatule). Arrêter l'appareil à l'aide du bouton d'arrêt d'urgence, débrancher et déverrouiller le capot.*
- *Utiliser un gant de sécurité pour démonter le couteau.*
- *Vérifier le bon état du tranchant du couteau.*
- *Laver, désinfecter tous les accessoires après chaque utilisation et les réserver à l'abri de toute source de pollution.*

LE CUTTER OU MIXEUR À CUVE FIXE



Document Dito-Sama et Robot coupe

Ces appareils, très répandus dans les cuisines actuellement, permettent les mêmes utilisations que les cutters à cuve tournante.
Souvent de plus petites tailles, ils sont indispensables dans chaque poste de travail.
Certains modèles polyvalents sont équipés d'accessoires complémentaires (coupe-légumes, presse-fruits, centrifugeuse) et rendent de très nombreux services dans les petits restaurants.
D'autres modèles de capacité plus importante sont pourvus d'une cuve basculante blocable dans toutes les positions

REMARQUE

Certains appareils comme Robot-coupe, Stephan, permettent de travailler sous vide à chaud ou à froid grâce à la présence d'une double paroi avec contrôle par sonde thermique.



SÉCURITÉ

Un dispositif de sécurité interrompt automatiquement et brutalement l'arrivée du courant si le couvercle est ouvert pendant le fonctionnement de l'appareil.

Ces appareils traitant souvent des denrées d'origine animale, devront être obligatoirement lavés et désinfectés après chaque utilisation.

Avant utilisation la cuve et les couteaux peuvent être refroidis en les plaçant dans une enceinte réfrigérée.

LES FEUILLES DE GRAMMAGE

Les quantités proposées sont variables, elles constituent simplement une base permettant une approche à la réalisation des fiches techniques de fabrication et des bons de commandes.

Les proportions peuvent varier selon les critères suivants :

- les différentes formes et concepts de restauration (restauration collective, commerciale…),
- le type de clientèle (enfants, adolescents, personnes âgées…),
- la composition du menu (plat unique, menu composé de plusieurs plats),
- le prix payé par le client,
- la qualité de la marchandise, son degré d'élaboration, la présentation commerciale…,
- cas particuliers (régimes).

QUELQUES PROPORTIONS INVARIABLES

- 1 l de potage pour 4 couverts.
- 1 kg de pommes de terre pour 4 couverts.
- 1 l de sauce pour 10 couverts.
- 3 œufs pour une omelette individuelle.
- Sauces hollandaise, béarnaise et sauces émulsionnées semi-coagulées, pour 8 couverts :
  - 4 jaunes d'œufs
  - 0,250 kg de beurre.
- Petites garnitures, pour 8 couverts :
  - 0,250 kg de lardons
  - 0,250 kg de champignons de Paris
  - 0,250 kg de petits oignons.



POISSONS	
Désignation	Poids moyen d'une portion
Barbue «brut»	0,350 à 0,400 kg
Colin étêté «brut»	0,200 à 0,220 kg
Daurade «brut»	0,300 kg
Lotte «queue»	0,300 kg
Maquereau «portion»	0,250 kg
Merlan «portion»	0,250 kg
Saumon «entier»	0,250 à 0,300 kg
Sole «portion»	0,250 kg
Sole «à fileter»	0,500 kg à 0,600 kg
Truite «portion»	0,250 kg
Turbot «brut»	0,350 à 0,400 kg
COQUILLAGES ET CRUSTACÉS	
Désignation	Poids moyen d'une portion
Moules	0,50 l ou 0,400 kg
Coquilles Saint-Jacques (4 pièces)	0,800 kg
Langoustines	0,350 kg
Homard	0,400 kg
Langouste	0,400 kg
Crevettes grises	0,150 kg
Crevettes décortiquées	0,080 kg
En garniture : diviser par 4	



VIANDES DE BOUCHERIE	
Désignation	Poids moyen d'une portion
SERVIES AVEC OS	
Rôties (carré, selle, gigot…)	0,220 à 0,250 kg
Train de côtes de bœuf	0,300 kg
Grillées (côtelettes, côtes…)	0,200 à 0,250 kg
Sautées (côtelettes, côtes…)	0,200 à 0,250 kg
Ragoûts (épaule de veau, d'agneau…)	0,280 à 0,300 kg
Poêlées (carré, longe…)	0,250 kg
Pochées (pot-au-feu…)	0,300 kg
SERVIES SANS OS ET PRÊTES À CUIRE	
Braisées (aiguillette, rond de gîte)	0,250 à 0,280 kg
Grillées ou Sautées (entrecôte, tournedos, pavé, escalope, piccata, noisettes, filet mignon)	0,150 à 0,170 kg
Pochées (épaule de veau)	0,250 kg
Poêlées (noix de veau, fricandeau)	0,200 à 0,220 kg
Ragoûts (épaule d'agneau, de veau pour ragoûts et fricassées)	0,200 à 0,220 kg
Rôties (contre-filet, filet de bœuf, rumsteck)	0,150 à 0,170 kg



VOLAILLES ET GIBIERS		
Désignation	Poids moyen d'une pièce	Poids moyen d'une portion
Coquelet	0,800 kg	1 pièce pour 2 couverts 0,400 kg par personne
Poulet 4/4	1,200 à 1,400 kg	1 pièce pour 4 couverts 0,300 à 0,350 kg par personne
Poularde	1,600 à 1,800 kg	1 pièce pour 6 couverts 0,300 à 0,350 kg par personne
Caneton	2 kg	1 pièce pour 4 couverts 0,500 kg par personne
Canette	1,200 à 1,400 kg	1 pièce pour 2 couverts 0,600 kg par personne
Pintadeau	0,800 kg	1 pièce pour 2 couverts 0,400 kg par personne
Pintade	1,200 kg	1 pièce pour 4 couverts 0,300 kg par personne
Pigeon	0,400 kg	1 pièce pour 1 couvert farci 1 pour 2 personnes
Cailles	0,220 à 0,250 kg	2 pièces par personne
Lapin dépouillé	1,200 kg	1 pièce pour 4 couverts 0,300 kg par personne
Lièvre dépouillé	1,800 à 2 kg	0,300 kg par personne

SUITE

ABATS *(selon la réglementation)*	
Désignation	Poids moyen d'une portion
Cervelles d'agneau pour fritots (0,075 kg pièce)	1 pièce 1/2 par personne
Cervelles de veau pour fritots (1) (0,400 kg pièce)	1 pièce pour 2 à 3 personnes
Foie de veau ou génisse	0,125 à 0,140 kg
Langue de bœuf parée	0,180 à 0,220 kg
Ris de veau (1)	0,180 à 0,220 kg
Rognon de veau ou de génisse (sans la ganse de graisse)	0,180 à 0,220 kg
Rognon d'agneau	2 pièces à 3 pièces par personne 0,150 kg

(1) Ces produits font partie des MRS (matériels à risques spécifiés). Pour leur utilisation, vérifier la règlementation en vigueur (voir p. 232).



PRÉPARATIONS À BASE D'ŒUFS	
Désignation	Poids moyen d'une portion
Pour hors-d'œuvre et salades composées	1 pièce
Servis entier (pochés, mollets…)	2 pièces
Servis mélangés (omelettes…)	3 pièces
Blanc d'œuf calibre 55/60	0,033 kg
Jaune d'œuf calibre 55/60	0,020 kg
Blancs d'œufs (32 pièces)	1 litre
Jaunes d'œufs (48 pièces)	1 litre
Mayonnaise	
4 jaunes + 1 l d'huile	20/25 personnes
Hollandaise - Béarnaise	
16 jaunes + 1 kg de beurre	30 personnes
Crème prise salée (appareil à quiche)	
4 jaunes + 4 entiers + 5 dl de lait + 5 dl de crème	20 personnes
Liaisons *(sauces et veloutés)*	
3 jaunes + 1 dl de crème	10 personnes



PRIMEURS		
Désignation	Poids moyen d'une pièce	Poids moyen d'une portion
Ail (gousse)	0,007 kg	
Ail (tête)	0,100 kg	(12 à 15 gousses/tête)
Artichauts (à tourner)	0,350 kg	0,100 kg de fond
Asperges		0,400 kg
Aubergines	0,300 kg	0,200 kg
Betteraves rouges	0,200 à 0,250 kg	0,125 kg
Brocolis (bouquet)	0,600 kg	0,200 kg
Cardes (pied)	1,200 kg	0,300 kg
Carottes	0,150 kg	0,150 à 0,180 kg

PRIMEURS *(suite)*		
Désignation	Poids moyen d'une pièce	Poids moyen d'une portion
Céleris branches (pied)	1,200 à 1,500 kg	0,100 à 0,300 kg
Céléri rave	1 à 1,200 kg	0,150 à 0,180 kg
Champignons de Paris	0,020 kg	0,250 kg pour 8 (garniture)
Châtaignes	0,030 à 0,040 kg	0,160 à 0,180 kg
Chicorée frisée	0,450 kg	1 pièce pour 6 personnes
Chicorée scarole	0,500 kg	1 pièce pour 6 personnes
Chou blanc (beau)	2 kg	0,150 à 0,180 kg cru
Choux de Bruxelles	0,030 à 0,040 kg	0,200 kg
Chou de Milan (beau)	2 kg	0,280 à 0,300 kg braisé
Chou-fleur (couronné)	2,500 kg	0,220 à 0,250 kg
Chou rouge (beau)	2 kg	0,150 à 0,160 kg
Concombre	0,500 kg	0,150 à 0,180 kg
Courgettes (longues)	0,150 kg	0,250 kg
Courgettes (rondes)	0,080 à 0,100 kg	1 à 2 pièces par personne
Courgettes (spaghetti)	1 kg	0,180 à 0,200 kg
Crosnes	0,003 à 0,004 kg	0,100 kg
Endives	0,150 à 0,180 kg	1 pièce
Epinards		1 kg pour 3 personnes
Fenouil bulbe	0,400 kg	1/2 pièce par personne
Fèves (écossées)		0,150 à 0,160 kg
Flageolets ou Chevriers frais (écossés) (secs)		0,120 kg 0,080 kg
Haricots verts		0,140 à 0,160 kg
Laitue moyenne	0,400 kg	1 pièce pour 5 personnes en salade
Mâche		0,030 à 0,040 kg
Mesclun		0,040 kg
Navets (longs)	1 kg	0,300 kg (tournés)
Navets (ronds)	0,200 kg	0,300 kg (tournés)
Oignons (gros)	0,150 à 0,175 kg	
Oignons (petits)	0,008 kg	0,250 kg pour 8 personnes (garniture)
Petits pois (écossés)		0,150 kg
Petits pois (en gousse)	1 kg brut, soir 0,400 à 0,450 kg de petits pois	0,150 kg
Pissenlit		0,100 kg
Poireaux	0,250 kg	0,200 à 0,250 kg (hors-d'œuvre)
Poivrons	0,250 kg	
Pommes de terre (Bintje)	0,250 kg	1 kg pour 4 personnes
Pommes de terre (Charlotte/BF15)	0,100 kg	1 kg pour 4 personnes
Radis (botte)	0,250 kg	1 botte pour 2 à 3 personnes
Salsifis		0,200 kg
Tomates (garniture)	0,090 kg	1 pièce par personne
Tomates (grosses)	0,200 kg	0,150 kg (crudité)
Tomates (cerisettes)	0,010 kg	25 pièces/barquette
Trévise	0,200 kg	0,125 kg



FRUITS		
Désignation	Poids moyen d'une pièce	Poids moyen d'une portion
Abricot	0,045 kg	3 pièces par personne
Ananas avion	2 kg	1 pièce pour 4 personnes
Avocat	0,220 kg	1/2 par personne
Banane	0,200 kg	1 pièce par personne
Citron (jaune)	0,120 kg	1/2 pièce par personne
Citron (vert)	0,100 kg	1/2 pièce par personne
Clémentine	0,070 kg	2/3 pièces par personne
Figue	0,050 kg	3 pièces par personne
Raisin de Muscat (grappe)	0,300 kg	0,150 kg par personne
Kiwi	0,100 kg	1,5 pièces par personne
Mangue greffée	0,400 kg	1 pièce par personne
Melon (portion)	0,400 kg	1 pièce par personne
Orange	0,200 kg	1 pièce par personne
Pamplemousse	0,300 kg	1/2 pièce par personne
Pêche (blanche et jaune)	0,140 à 0,160 kg	1 pièce par personne
Poire Williams	0,150 à 0,160 kg	1 pièce par personne
Pomme Golden	0,140 à 0,160 kg	1 pièce par personne
Prunes Reine Claude	0,030 kg	4 pièces par personne



En cas d'association, il faut tenir compte de l'incidence de l'addition des poids.
Exemple : le poids brut par personne pour des crudités est d'environ 0,200 kg.

DENRÉES (en kg)	Carottes	Céleri rave	Choux rouges	Concombre	Tomates	etc.
1 crudité	0,200					
2 crudités	0,100	0,100				
3 crudités	0,070	0,070	0,070			
4 crudités	0,050	0,050	0,050	0,050		
5 crudités	0,040	0,040	0,040	0,040	0,040	
etc.						



CORPS GRAS POUR CUISSON ET FINITION	
Beurre	
Lustrer, glacer, sauter	5 g
Meunière	10 g
Monter une sauce	15 g
Lier légumes, purées	15 g
Beurre composé	20 g
Beurre noisette	20 g
Beurre blanc	30 g
Hollandaise/Béarnaise	30 g
Crème fraîche	
Velouté	2 cl
Sauce crème	2 cl
Sauce vin blanc à glacer	5 cl
Huile	
Rôtir, griller, rissoler	1 cl
Sauter, paner à l'anglaise	2 cl
Marinade instantanée	1 cl



DIVERS	
Liaisons à base de roux *(beurre et farine)*	
Sauce légère	0,050 et 0,050 kg
Sauce normale	0,060 et 0,060 kg
Sauce épaisse (soufflé)	0,100 et 0,100 kg
Appareil (allumettes au fromage)	0,125 et 0,125 kg
Garnitures	
Petits oignons	0,025 kg
Lardons	0,025 kg
Champignons	0,025 kg
Garnitures aromatiques	
Oignons	0,015 kg
Poireaux	0,015 kg
Céleri	0,010 kg
Carottes	0,015 kg
Echalotes pour plaquer	0,005 kg
Echalotes pour réduction	0,010 kg
Cresson en décor	1/10ème de botte
Épicerie	
Gélatine : - feuille qualité OR - feuille qualité Argent - feuille qualité Bronze	0,002 kg (180/200 bloom) 0,003 à 0,005 kg selon le fabricant



NOTE IMPORTANTE

Suivant la qualité du travail effectué, la catégorie de l'établissement concerné et le professionnalisme de l'exécutant, plusieurs méthodes et techniques de travail sont parfois en usage dans la profession.

Les méthodes et les techniques de travail proposées dans cet ouvrage s'adressent plus spécialement à des jeunes apprentis ou élèves non expérimentés. De ce fait, l'ouvrage essaie de concilier les cinq aspects fondamentaux suivants :

- **la simplicité de la méthode ou de la technique,**
- **la qualité du résultat,**
- **la rapidité et l'efficacité de l'exécution,**
- **le respect intransigeant des règles d'hygiène et de sécurité,**
- **et enfin, le respect scrupuleux du classicisme et des usages professionnels.**

Il est évident que la méthode ou la technique retenue n'exclut pas les nombreuses autres méthodes ou techniques en usage dans la profession !

LES TECHNIQUES ET PRÉPARATIONS DE BASE



LES LÉGUMES

L'AIL NOUVEAU ET L'AIL SEC



Condiment âcre à saveur alliacée, l'ail représente probablement l'accent le plus typique et le symbole de la cuisine ensoleillée du midi.

Les bulbes (ou têtes) sont formés d'environ une douzaine de caïeux (ou gousses). L'ail peut être consommé cru, mais il est généralement cuit avec ou sans épluchage préalable («aulx en chemise»).

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Plusieurs variétés sont proposées tout au long de l'année. Elles se différencient par leur couleur (blanc cassé, rose, violet) et par la force de leur parfum. Le goût de l'ail est lié aux variétés, mais aussi au terroir. L'ail rose de Lautrec (Tarn) par exemple bénéficie d'un label de qualité.

Les calibres correspondent aux diamètres en millimètres des bulbes. Ils sont liés à la catégorie. Exemples :

- catégorie Extra : diamètre minimum 45 mm
- catégorie I : diamètre minimum 30 mm.

Selon la période de l'année, l'ail se présente frais ou sec. Choisir les bulbes les plus gros, avec de beaux caïeux (gousses) bien fermes, secs et brillants.

Eliminer d'office les bulbes présentant des gousses vides, molles, desséchées, mates ou comportant des traces de germination ou de moisissure.

Conserver l'ail dans des casiers (métalliques ou en matière plastique) à la température ambiante de + 15 °C + 18 °C maximum. Limiter les stocks à leur strict minimum, principalement au printemps (risques de germination rapide pour l'ail non traité). Maintenir les casiers dans un local sec, aéré, à l'abri de la lumière, des variations de température, de l'humidité, de la poussière, des insectes et des rongeurs.

Respecter la règle «**premier livré, premier utilisé**».

Ne pas mélanger deux livraisons séparées, et profiter du stock minimum pour nettoyer le local et les casiers.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



- Oter les feuilles sèches périphériques, le talon et les racines.
- Séparer les caïeux (gousses) du bulbe, en pressant fortement avec la paume de la main.



- Eplucher les gousses (ôter le talon, la pointe et la peau de chaque gousse à l'aide d'un couteau d'office).

REMARQUE

Les gousses simplement arasées côté talon peuvent être utilisées en l'état (aulx en chemises, réalisation de la crème d'ail).



• Partager chaque gousse en deux dans le sens de la longueur, et extraire le germe.

Ail concassé



• Placer les gousses bien à plat sur le bord de la planche à découper.
• Les écraser à l'aide d'un gros couteau éminceur : placer le talon du couteau bien à plat sur les gousses, et donner un coup de poing pour bien les écraser.

Ail haché



• Parfaire le hachage au couteau de cuisine ou avec un éminceur (pour une grande quantité, utiliser un mixeur dont la cuve et le couteau sont réservés à cet usage).



• L'ail ainsi haché peut être réservé pour la durée d'un service dans un petit ramequin en acier inoxydable avec de l'huile.
• Nettoyer soigneusement tout le matériel et le plan de travail.

UTILISATIONS

L'ail permet de parfumer certains potages, les soupes de poissons, les sauces, les viandes en sauce. Il entre dans la composition de la persillade, de toutes les préparations dites «à la provençale».
En outre, l'ail s'harmonise tout particulièrement avec les préparations à base de mouton et de tomates (gigot rôti, carré persillé, navarin, fondue et sauce tomate, etc.).

LES ARTICHAUTS



Les artichauts sont des boutons à fleurs d'une plante potagère provenant à l'origine d'une variété de chardon.

Les principales variétés françaises sont le «gros vert de Laon», le «camus de Bretagne» et le «violet de Provence».

Ils peuvent être consommés crus à la «croque au sel» pour les variétés les plus tendres de printemps (petits violets). Mais le plus souvent, les artichauts sont cuits entiers à l'anglaise ou à la vapeur, ou cuits tournés. Dans ce cas, les fonds sont cuits à couvert dans un blanc, ou simplement dans de l'eau bouillante salée, citronnée et huilée en surface.

Les fonds d'artichauts entrent dans la composition de nombreuses garnitures classiques (châtelaine, mascotte, Masséna, etc.). Ils sont également présentés farcis, gratinés ou non (pointes d'asperges, épinards, haricots verts, Duxelles de champignons, moules, crevettes, œufs pochés, etc.).

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Les calibres correspondent au diamètre en centimètres du capitule, liés à la catégorie. Exemple :

- Extra 9/11 signifie 3 pièces au kilogramme, soit environ 333 g pièce.

La période optimale d'achat se situe du mois de mars au mois de novembre.

Choisir les artichauts dont le capitule est bien fermé, d'aspect très frais, de couleur vert brillant à vert violacé suivant la variété. La coupe du pédoncule doit être fraîche, franche, non ligneuse, sans traces noirâtres, sans liquéfaction. Les fonds doivent être larges et charnus, les feuilles fermes et craquantes.

Refuser impérativement les artichauts desséchés, présentant des feuilles jaunies et brunies, des traces noirâtres au niveau des fonds, un pédoncule filandreux et un capitule exagérément étiolé.

Entreposer les artichauts durant quelques jours en enceinte réfrigérée de + 10 °C à + 12 °C. Les artichauts craignent la lumière et le froid au-dessous de + 10 °C.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

ARTICHAUTS CUITS ENTIERS

Laver soigneusement les artichauts dans plusieurs eaux.



- Casser la tige (pédoncule) sans la couper, afin d'arracher le maximum de filaments du fond.



- Araser soigneusement le fond (parer) à l'aide d'un couteau éminceur.



- Couper régulièrement l'artichaut aux deux tiers de sa hauteur.



• Epointer les feuilles à l'aide d'une paire de gros ciseaux.



• Placer une rondelle de citron du côté du pédoncule, pour limiter l'oxydation du fond durant la cuisson.
• Ficeler l'artichaut afin de maintenir les feuilles et la rondelle de citron.

LA CUISSON DES ARTICHAUTS

Les artichauts ainsi préparés sont cuits à l'anglaise ou à la vapeur, rafraîchis légèrement, et servis tièdes avec une sauce vinaigrette par exemple.
Débarrassés des boutons floraux (foin), ils peuvent alors être farcis.

ARTICHAUTS TOURNÉS (réalisation des fonds d'artichauts)

Selon le diamètre du capitule, les artichauts peuvent être tournés selon deux techniques principales :

Préparer une calotte contenant de l'eau froide citronnée, à raison d'un jus de citron par litre d'eau. Les fonds d'artichauts s'oxydent très facilement (noircissent), il est impératif de les maintenir en permanence dans de l'eau citronnée.



• Casser la tige au ras des feuilles sans la couper, pour arracher le maximum de filaments du fond.

1ère méthode conseillée pour les gros artichauts qui ne peuvent être maintenus facilement dans la main



• Dégrossir le fond des feuilles du pourtour à l'aide d'un gros couteau éminceur ou cranté, puis le tourner.

2ème méthode pour les artichauts qui peuvent être facilement maintenus dans la main (diamètre inférieur à 10 cm)



• Araser : parer soigneusement la base du fond à l'aide d'un gros couteau d'office, ou un autre couteau à lame courte et rigide.

SUITE



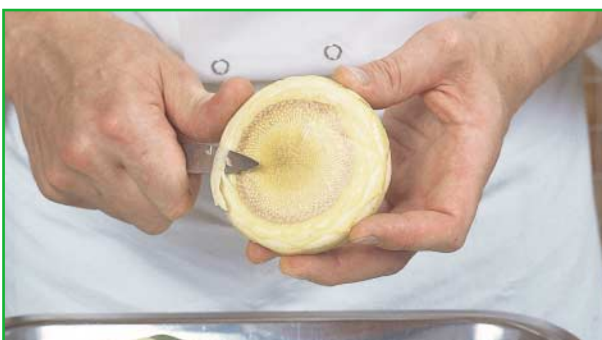
• Maintenir fermement l'artichaut avec la main gauche et dégager progressivement les feuilles avec un mouvement de va-et-vient du couteau tout en contournant régulièrement le fond.



• Contourner régulièrement l'artichaut en l'arrondissant. Ne pas laisser de chair sur les feuilles, ni de traces verdâtres sur le fond.



• Maintenir fermement l'artichaut par l'extrémité du sommet du capitule sur une planche à découper, parer les feuilles à quelques millimètres au-dessus du fond.



• Arrondir légèrement les bords intérieurs du fond à l'aide d'un couteau d'office.



• Citronner soigneusement le fond sur toute sa surface, et le plonger dans l'eau citronnée.



• Oter le foin (boutons floraux) à l'aide d'une cuiller à pommes parisienne et citronner à nouveau le fond.
• Maintenir les fonds d'artichauts en immersion dans l'eau citronnée jusqu'au moment de leur cuisson.



REMARQUE

Il est possible de retirer le foin après cuisson. Cette méthode semble plus rapide et plus facile, mais il est beaucoup plus hygiénique d'effectuer toutes ces manipulations avant cuisson.

LES ASPERGES



L'asperge est une plante potagère de la famille des liliacées. Les pousses ou «turions» d'asperges se développent au printemps sur les rhizomes souterrains de la plante.

La commercialisation des asperges françaises est saisonnière : elle s'effectue principalement du mois d'avril à la fin du mois de juillet.

Les variétés les plus répandues sont les asperges de Lauris et d'Argenteuil.

Selon les conditions de culture, les asperges peuvent être classées en trois familles :

- les asperges blanches, récoltées lorsque la pointe émerge de terre,
- les asperges violettes, dont la pointe dépasse de la terre de quelques centimètres au moment de la récolte,
- les asperges vertes, qui sont cueillies lorsqu'elles dépassent le niveau du sol d'une dizaine de centimètres.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Les calibres correspondent au diamètre minimal exprimé en millimètres, qui est en rapport avec la catégorie. Exemple :

- catégorie Extra : l'écart d'homogénéité maximal admis dans le colis est de 8 mm.

Les asperges sont commercialisées à la botte ou en vrac pour lequel l'unité de facturation est le kilogramme.

Quelle que soit la couleur des asperges, elles doivent présenter un aspect très frais, propre et brillant. La coupe doit être nette, blanche et la sève doit sortir en appuyant dessus. Les turions doivent être de calibre homogène, droits, tendres et cassants. Les têtes doivent être fermes, tendres et bien serrées.

Refuser impérativement les asperges dont la tête est étiolée (fleurie), les tiges desséchées, filandreuses et ligneuses.

Limiter la durée de conservation des asperges au strict minimum.

Les placer en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C, recouvertes d'un film en plastique alimentaire ou d'un linge humide.

Les cuire de préférence au fur et à mesure des besoins : les asperges cuites à l'avance, rafraîchies et réfrigérées, perdent une grande partie de leur saveur.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



- Peler les asperges* délicatement à l'aide d'un couteau économe.
- Les poser, bien à plat sur un plan de travail en acier inoxydable ou sur une plaque à débarrasser retournée (voir «Les salsifis»).
- Partir de la base de la pointe (juste au-dessous de la tête) et descendre vers le pied.
- Supprimer éventuellement les petites aspérités verdâtres de la tête, lorsque celle-ci est un peu fleurie ou étiolée.

** Certaines variétés d'asperges vertes et les asperges sauvages ne se pèlent pas.*



- Les laver soigneusement et délicatement, pour ne pas les briser.



• Réunir les asperges en "bottes". Chaque botte doit correspondre à une portion.
(Pour obtenir des bottes régulières, on peut utiliser un récipient cylindrique).



• Ficeler les bottes comme un bouquet garni.



• Parer la base des tiges pour bien régulariser la longueur des bottes.
• Les maintenir en enceinte réfrigérée, recouvertes d'un linge humide jusqu'au moment de leur utilisation.



Résultat.

UTILISATIONS

- *Asperges tièdes, sauce mousseline et sauce maltaise.*
- *Crème d'asperges.*
- *Flan d'asperges.*
- *Feuilleté de saumon aux pointes d'asperges.*

LA CUISSON DES ASPERGES

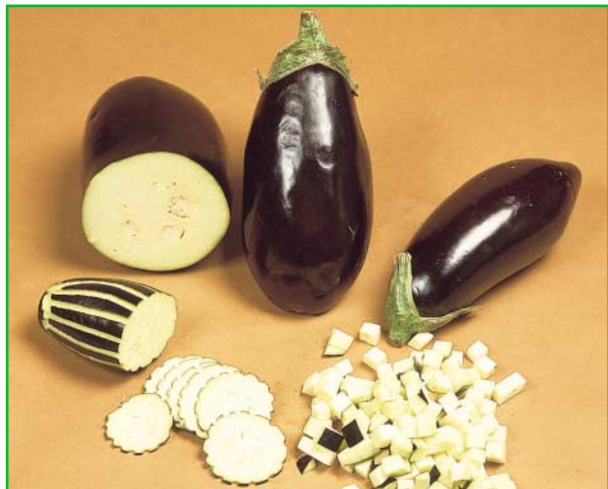
Les asperges sont généralement cuites à l'anglaise, à la vapeur, ou sous vide, après blanchiment.
Dans le cas de la cuisson à l'anglaise, les bottes d'asperges peuvent être placées verticalement dans l'eau bouillante salée, de manière à ce que les têtes, plus fragiles, ne soient pas immergées.

La durée de cuisson varie entre 12 et 18 minutes selon la variété, la qualité, la fraîcheur et le diamètre des asperges. Les servir tièdes, correctement égouttées et dressées, sur serviette.



Asperges sauce mousseline

LES AUBERGINES



L'aubergine est un fruit rond ou allongé provenant d'une plante potagère de la famille des solanées, originaire de l'Inde.

Les aubergines entrent dans la composition de nombreuses spécialités méridionales : soit sous forme de hors-d'œuvre chauds (farcies, au gratin, en beignets), soit sous forme de petites garnitures ou de garnitures d'accompagnement (ratatouille, bohémienne de légumes, aubergines sautées, etc.).

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Plusieurs variétés sont actuellement proposées sur les marchés, tout au long de l'année. Les variétés françaises les plus utilisées sont les violettes, longues. Leur période optimale d'achat se situe entre les mois de juin et d'octobre.

Les calibres correspondent au diamètre en millimètres de la pièce.

Exemple :

• diamètre 60-80 mm en catégorie I.

Choisir les aubergines longues, légèrement renflées à l'opposé du calice, à peau lisse et brillante, violettes, pourpres, noires, et à chair ferme.

Le calice doit être bien vert, fraîchement coupé, sans traces noirâtres et sans liquéfaction.

Refuser impérativement les aubergines présentant un calice flétri ou grisâtre, une peau plissée et terne, une consistance molle et spongieuse, et des traces de chocs ou de pourriture.

Les stocker quelques jours au maximum en enceinte réfrigérée de + 10 °C à + 12 °C, en évitant les chocs thermiques.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

Les aubergines doivent être épluchées au moment de leur utilisation, car elles noircissent très rapidement.



• Les laver soigneusement dans plusieurs eaux.



• Supprimer le pédoncule (calice) et parer la base de l'aubergine (œil pistilaire) à l'aide d'un couteau d'office ou éminceur.



• Selon l'utilisation, les éplucher avec un économe ou un canneleur, en laissant un passage de peau sur deux.

SUITE

DIFFÉRENTES TAILLES

TAILLER EN RONDELLES (ÉMINCER)



- Selon leur utilisation, détailler les aubergines transversalement, ou légèrement en biais, en rondelles plus ou moins épaisses.
- Les faire dégorger au sel fin durant une vingtaine de minutes pour leur faire rendre leur eau.
- Puis, les éponger soigneusement *(aubergines sautées, frites, en beignets,...)*

TAILLER EN DÉS



- Détailler les aubergines en tranches régulières d'1 cm à 1,5 cm d'épaisseur, à l'aide d'un couteau éminceur.
- Superposer les tranches, puis les détailler en bâtonnets réguliers d'1 cm à 1,5 cm de largeur.
- Maintenir les bâtonnets bien rangés, puis les détailler en cubes réguliers d'1 cm à 1,5 cm de section *(aubergines sautées, ratatouille, bohémienne de légumes...).*

AUBERGINES ET TRONÇONS FARCIS

Les demi-aubergines ou les tronçons peuvent être évidés selon l'une des deux méthodes suivantes :



- Cerner la chair des demi-aubergines à 3 ou 4 mm des bords avec la pointe d'un couteau d'office.
- Inciser la chair régulièrement pour faciliter la cuisson et pouvoir l'extraire facilement.
- Précuire les demi-aubergines au four ou les frire éventuellement aux deux tiers.
- Retirer la chair à l'aide d'une cuiller à entremets, en faisant attention à ne pas abîmer la peau, elle servira de réceptacle pour la réalisation des aubergines farcies.



- Détailler les aubergines cannelées en tronçons réguliers d'environ 4 cm de hauteur.
- Cerner la chair à 3 ou 4 mm des bords avec la pointe d'un couteau d'office.
- Extraire la chair à l'aide d'une cuiller à pommes noisettes.

LES BETTERAVES ROUGES



Racines potagères, les betteraves rouges sont principalement utilisées cuites, sous la forme de hors-d'œuvre et de salades composées. En purée, elles accompagnent parfois certaines préparations à base de gibier.

La cuisine d'Europe centrale utilise couramment les racines et les feuilles de betteraves rouges, notamment dans la réalisation de nombreux potages (Bortsch russe et polonais).

Les jeunes racines de betterave des variétés hâtives peuvent être râpées en julienne et consommées crues en salade. Les betteraves de conservation sont cuites au four, à la vapeur ou à l'anglaise ; mais il est de plus en plus fréquent de les acheter prêtes à l'emploi (appertisées ou conditionnées sous vide).

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Choisir les racines de forme régulière, lisses, à peau fine, propres, de coloration homogène, de couleur violet lie-de-vin. Les choisir du même diamètre pour obtenir une cuisson régulière. La coupe du collet doit être nette et sans liquéfaction. Dans le cas de betteraves cuites, choisir les plus fermes, sans traces blanchâtres de moisissure, ni odeur trop prononcée de terre.

Les betteraves cuites sont stockées en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum. Les betteraves de conservation peuvent être réservées en cave ou en silo, à l'abri de la lumière, de + 8 °C à + 10 °C, pour la consommation d'hiver.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



- Rafraîchir la coupe du collet de la racine, puis les laver soigneusement en les brossant énergiquement.
- Les marquer en cuisson, à l'anglaise, à la vapeur ou au four.



- Les peler à l'aide d'un couteau d'office.
- Oter les éventuelles parties filandreuses.



Les tailler :
- soit en petits dés d'1 cm maximum de section,
- soit en petites rondelles de 2 mm d'épaisseur pour les variétés longues de printemps,
- soit en petits bâtonnets de 3 cm de longueur sur 3 mm de section carrée.

LES BLETTES, BETTES, POIRÉES OU CARDES



La blette est une plante potagère voisine de la betterave dont la culture a développé les feuilles, le pétiole et la grosse côte centrale.

Les larges feuilles vertes peuvent être utilisées comme celles des épinards et entrent fréquemment dans la composition des pâtes farcies (raviolis, cannellonis).

Les larges côtes ou cardes très tendres, débarrassées de leur filandre fournissent un légume très apprécié.

Cuits dans un blanc ou dans de l'eau bouillante salée, citronnée et huilée en surface (comme pour les fonds d'artichauts et les cardons), les tronçons de côtes de blettes sont fréquemment proposés étuvés au beurre, à la crème, au gratin, nature, sauce hollandaise, lyonnaise, à la moelle, à l'italienne...

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Pour contrôler plus facilement leur fraîcheur, choisir les blettes avec leurs feuilles vertes : elles doivent présenter un aspect très frais, vert soutenu brillant, légèrement humide (sans excès), une texture craquante et cassante.

Les côtes doivent être fermes, droites, rigides, cassantes, de couleur blanc ivoire brillant, sans tache de rouille, ni de moisissure.

La coupe doit être franche, propre, récente, sans traces noirâtres, sans liquéfaction.

Refuser impérativement les blettes aux feuilles tombantes, jaunies, flétries et fanées, aux côtes mates, souples et molles.

Stocker les blettes en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C, protégées par un film en plastique alimentaire ou par un linge humide.

Il est conseillé de les acheter au jour le jour, en fonction de leur utilisation.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



• Oter le talon, et dégager les côtes une à une.



• Séparer les côtes des feuilles vertes, les réserver pour une autre utilisation.



• Parer l'extrémité des côtes à l'aide d'un couteau d'office.
• Les éplucher éventuellement avec un couteau économe.



• Les laver soigneusement.



• Oter tous les filaments (filandres) en cassant les côtes en tronçons de 5 à 6 cm de longueur, et en tirant sur chaque partie.
Attention ! Ne pas les tronçonner en utilisant un couteau.



• Tailler les tronçons en bâtonnets ou en dés (selon l'utilisation).

LES CARDONS



Les cardons sont les côtes ou les cardes des feuilles d'une plante potagère voisine de l'artichaut.

Consommés de l'automne jusqu'au début de l'hiver, les cardons sont principalement utilisés dans la région lyonnaise.

Ils sont le plus souvent cuits comme les fonds d'artichauts dans un blanc ou dans de l'eau bouillante salée, citronnée et huilée en surface. Puis, ils sont préparés étuvés au beurre, à la crème, au gratin, au jus, à la moelle, à la lyonnaise ou à l'italienne...

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Choisir les cardons d'aspect et de coupe très frais. Les cardes doivent être bien serrées, non ligneuses et de couleur blanc nacré au cœur.

Les cardes doivent être fermes et souples, la coupe du talon doit être récente, sans traces noirâtres, ni liquéfaction.

Refuser impérativement les pieds de cardons trop durs, vert foncé, étiolés, présentant des cardes trop fermes et ligneuses, des feuilles flétries ou fanées.

Limiter le stockage à son strict minimum : les cardons durcissent, sèchent et deviennent rapidement ligneux. Les réserver en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C, recouverts d'un film en plastique alimentaire ou d'un linge humide.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



• Parer le talon.



• Dégager les premières branches (feuilles et cardes trop dures et trop ligneuses).



• Enlever une à une les branches tendres, en arasant le talon progressivement, puis dégager les cardes des feuilles et de la partie épineuse.



• Laver soigneusement les cardes.



• Les effiler ou effilandrer, soit en les pelant à l'aide d'un couteau économe, soit en les cassant en tronçons de 5 à 6 cm de longueur (même principe pour le céleri en branches, les côtes de bette et la rhubarbe).



• Citronner les tronçons immédiatement (pour limiter les risques d'oxydation).
• Détailler les tronçons en bâtonnets. Parer le cœur et le détailler en rondelles.
• Maintenir les bâtonnets et les rondelles dans de l'eau citronnée jusqu'au moment de la cuisson.

LES CAROTTES

(CAROTTES NOUVELLES AVEC FANES, CAROTTES DE CONSERVATION)



Les carottes sont des racines potagères disponibles tout au long de l'année.

Selon les variétés, les carottes se prêtent à de multiples préparations : crues, sous forme de hors-d'œuvre ou de salades composées, cuites, sous forme de garnitures d'accompagnement, de petites garnitures, de potages, de purées sous l'appellation classique «**Crécy**». Les carottes entrent également dans la composition de toutes les garnitures aromatiques (Matignon, Mirepoix, marinades diverses, courts-bouillons, nages, etc.).

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Le calibre correspond au diamètre de la pièce exprimé en millimètres. Les calibres sont liés à la catégorie. Exemple :

• catégorie Extra : 20 à 40 mm (carottes de 100 à 150 g).

Les carottes sont proposées sous deux appellations différentes :

• **les carottes nouvelles**, conditionnées en bottes, avec fanes,
• **les carottes de conservation**, facturées au kilogramme.

LES CAROTTES NOUVELLES AVEC FANES

Choisir les carottes de taille régulière, fraîchement arrachées, propres, de coloration homogène, droites, fermes et sans collet verdâtre trop accentué.

Les fanes doivent être très fraîches, bien vertes, fermes, cassantes et pas trop humides.

LES CAROTTES DE CONSERVATION

Choisir les carottes à racine cylindrique, longue, régulière, droite, lisse, ferme, bien boutée et très propre. Le cœur doit être peu développé, tendre, uniformément coloré.

La coupe du collet doit être récente, sans traces noirâtres, ni liquéfaction.

Refuser impérativement les carottes flétries, molles, décolorées, présentant un cœur dur, blanchâtre et épineux, un collet verdâtre prononcé, des crevasses, des meurtrissures ou des traces de pourriture.

Refuser également les carottes réfrigérées à une température trop basse (moins de + 6 °C), elles pourrissent très rapidement.

Les stocker en enceinte réfrigérée, à l'abri de la lumière, de + 10 °C à + 12 °C. Il est également possible de conserver certaines variétés tardives plusieurs mois dans du sable, en cave, ou en silo.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

Eplucher



• Couper les deux extrémités de la carotte avec un couteau d'office ou la pointe du couteau économe. Oter le collet vert si nécessaire.
• Eplucher (peler) au couteau économe ou en machine électro-mécanique. Dans ce cas, les vérifier à l'économe.

Laver



• Laver soigneusement les carottes dans plusieurs eaux.
• Ne pas les laisser tremper, les égoutter immédiatement.
• Les réserver à couvert en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C maximum.

DIFFÉRENTES TAILLES

TAILLER EN JULIENNE



• Tailler les carottes en tronçons réguliers d'environ 5 à 6 cm de longueur.



• Les émincer finement dans le sens de la longueur, à l'aide d'une mandoline.



• Superposer régulièrement les tranches ainsi obtenues en petits paquets, puis les émincer dans le sens de la longueur en très fins filaments, à l'aide d'un couteau éminceur (cette opération peut être réalisée à l'aide d'une machine électro-mécanique).



Résultat.

UTILISATIONS

- *Carottes râpées.*
- *Salades chinoises.*
- *Potages julienne Darblay.*
- *Sauce vin blanc à la julienne de légumes (filets de sole Suchet).*

TAILLER EN BÂTONNETS
(jardinière de légumes, garniture fleuriste)

Jardinière de légumes



• Tailler les carottes en tronçons réguliers de 3,5 à 4 cm de longueur, à l'aide d'un couteau éminceur ou à filets de sole.

SUITE



• Placer les tronçons de carottes sur leur base plate et les tailler en tranches régulières de 3,5 à 4 mm d'épaisseur. Il est possible d'utiliser une mandoline.

REMARQUE
Une autre technique peut être également utilisée : parer légèrement les carottes avant de les tronçonner et maintenir les tronçons à plat pour les tailler en tranches. La stabilité est obtenue par le léger parage.



• Superposer les tranches et les tailler en bâtonnets réguliers de 3,5 à 4 mm d'épaisseur.



Résultat.

Les carottes taillées en bâtonnets pour la jardinière de légumes sont cuites à l'anglaise, ou à la vapeur.

Garniture fleuriste
Même technique que pour la jardinière de légumes, seules les dimensions diffèrent.



• Tailler des tronçons de 2 cm de longueur, puis des bâtonnets de 2 mm de section carrée.

REMARQUE
La garniture Porte Maillot correspond à une grosse jardinière de légumes dressée en bouquet.

TAILLER EN DÉS
(macédoine, brunoise, garniture aromatique, Mirepoix)

Macédoine de légumes
Les premières phases de la technique proposée pour la jardinière de légumes sont identiques à celles de la taille de la macédoine.



• Tailler des tronçons de 6 à 7 cm de longueur ou couper la carottes en deux, à l'aide d'un couteau éminceur ou à filets de sole.
• Pratiquer une légère assise sur la longueur des tronçons ou les parer très légèrement, ceci afin de les stabiliser durant la phase suivante.



• Tailler les tronçons en tranches régulières d'environ 4 mm d'épaisseur (il est possible d'utiliser une mandoline).



• Superposer quelques tranches de carotte ainsi obtenues, puis les tailler en bâtonnets réguliers de 4 mm de largeur.



• Réunir et superposer des petits paquets de bâtonnets et les tailler régulièrement en cubes de 4 mm de section carrée.

REMARQUE

Les dimensions de la macédoine peuvent varier légèrement selon son utilisation :

- 3 mm maximum pour une macédoine destinée à garnir des petites tomates ou des barquettes accompagnant un poisson froid, par exemple,

- 5 mm de section en restauration collective.



Résultat.

Brunoise

Les différentes phases de la taille de la macédoine sont identiques à celles de la brunoise, seules les dimensions diffèrent.



• Tailler avec beaucoup de précision des petits cubes très réguliers de 2 mm de section carrée.

Mirepoix, garniture aromatique



• Tailler des dés réguliers à partir de carottes non parées. Les dimensions des dés diffèrent selon la durée de cuisson de la préparation dans laquelle ils sont ajoutés. De 1 cm à 1,5 cm de section pour un fond brun.

SUITE

CAROTTES ÉMINCÉES
(en rondelles, en rondelles cannelées, en «sifflets», en paysanne)

En rondelles
(pour carottes Vichy, à la crème, garniture aromatique)



• Choisir des carottes régulières, les émincer perpendiculairement à l'aide d'un couteau à filets de sole ou d'un éminceur.



• Elles peuvent aussi être émincées très régulièrement à l'aide d'une mandoline ou d'une machine électro-mécanique.

En «sifflets»



• Les émincer légèrement en diagonale (mêmes utilisations).

En rondelles cannelées
(pour court-bouillon de présentation et nage)



• Pratiquer des cannelures régulières à l'aide d'un canneleur, sur toute la longueur de la carotte.



• Emincer les carottes cannelées à l'aide d'un couteau à filets de sole, un éminceur ou une mandoline.

En paysanne
(pour potages taillés, Matignon, garniture aromatique du fumet de poisson)



• Partager la carotte en deux dans le sens de la longueur.



• Selon leur diamètre, partager les tronçons en deux, trois, ou quatre.



• Les émincer finement pour obtenir des lamelles d'1 cm maximum.



• Résultat.

UTILISATIONS

- *Potage cultivateur.*
- *Soupe normande.*
- *Garniture aromatique facultative du fumet de poisson.*

CAROTTES TOURNÉES



• Tailler les carottes en tronçons réguliers.



• Selon le diamètre de la carotte, partager ces tronçons en deux, trois ou quatre. Se rapprocher le plus près possible du modèle souhaité (pour limiter les parures).



• Tourner les «quartiers de tronçon» en ôtant le cœur en premier si nécessaire.
• Donner une forme arrondie, oblongue et régulière, à l'aide d'un petit couteau d'office : le pouce prend appui à la base du tronçon à tourner, et le couteau d'office est maintenu par les quatre autres doigts.
Les parures doivent être en arc-de-cercle, régulières, épaisses au sommet du tronçon, très fines au centre, et de la même épaisseur à la base qu'au sommet.

SUITE



- Les dimensions des carottes tournées diffèrent selon leur utilisation :
  - 2 cm à 2,5 cm de longueur pour une petite garniture dite aux primeurs,
  - 3 cm à 4 cm pour une garniture aux primeurs mélangés,
  - 4 cm à 5 cm pour une bouquetière,
  - 5 cm à 6 cm et plus bombées pour la garniture du pot-au-feu et de la poule au pot.



Résultat.

UTILISATIONS

- *Fricassée de volaille aux primeurs.*
- *Blanquette de dinde aux primeurs.*
- *Navarin printanier.*
- *Carré d'agneau aux primeurs.*
- *Bouquetière de légumes.*
- *Timbale de primeurs.*



Carottes glacées

LEVER DES BOULES DE CAROTTES À LA «CUILLER À RACINE»



- Des boules de carotte de différents diamètres peuvent être levées à l'aide d'une cuiller spéciale dite «à racine» ou communément «à ox-tail».
- Pour obtenir des boules bien rondes et régulières, enfoncer le plus profondément possible la partie semi-sphérique de la cuiller à l'intérieur de la carotte avant de tourner. Selon la qualité de la cuiller, la maintenir avec le pouce.
- Brasser les boules sous un filet d'eau pour bien éliminer les éventuelles petites parures.

UTILISATIONS

- *Printanier de légumes.*
- *Garniture pour potages, consommés (ox-tail soup), sauces.*
- *Elément de décoration.*

REMARQUE

Des «cuillers à racine» oblongues cannelées peuvent aussi être utilisées pour les petites garnitures «aux primeurs».

LES CÉLERIS

Les céleris sont des plantes potagères de la famille des ombellifères issues de l'ache odorante.

Le céleri est cultivé d'une part pour ses tiges (ou pétioles épais et charnus qui sont étiolés par buttage ou bottelage, ou encore par culture dans l'obscurité), et d'autre part pour sa grosse racine ronde à chair blanche dans le cas du «céleri-rave».

L'un et l'autre de ces céleris se consomment crus en salades, ou cuits après blanchiment (céleri braisé, meunière, au gratin, à la grecque, purée de céleri, potages, crèmes et veloutés...).

Le feuillage du «céleri perpétuel» ou «céleri à couper» est principalement utilisé pour aromatiser les fonds blancs et les marmites.

LE CÉLERI À CÔTES OU CÉLERI BRANCHES



ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Les calibres du céleri correspondent au poids en grammes de la pièce :

- «gros» pour plus de 800 grammes,
- «moyens» de 500 à 800 grammes,
- «petits» de 150 à 500 grammes.

La catégorie est définie de façon réglementaire. L'unité de facturation est le kilogramme.

La meilleure période d'achat se situe entre les mois de juillet et novembre.

Choisir le céleri en branches avec un aspect très frais, une coupe récente et non rafraîchie. Les feuilles doivent être vertes, brillantes, légèrement humides mais sans excès, d'une texture craquante et cassante.

Les côtes ou pétioles doivent être charnus, épais, verts ou jaune doré (selon la variété), droits et rigides, cassants et dépourvus de filandres trop ligneuses.

Refuser impérativement les céleris à côtes souples, molles et non cassantes, ou encore les céleris aux feuilles fanées, jaunies ou rafraîchies.

Préférer les variétés à côtes vertes pour les salades et les garnitures aromatiques, et les céleris étiolés, bien blancs ou jaune doré pour braiser.

Les stocker en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C à l'abri de la lumière et de l'humidité. Un degré hygrométrique trop important les fait «rouiller».

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



• Sectionner le talon du pied de céleri pour libérer les côtes.



• Oter toutes les feuilles vertes des branches. Elles peuvent être réservées pour confectionner des bouquets garnis.



• Si nécessaire, parfaire l'épluchage des branches en les épluchant à la base, à l'aide d'un couteau économe.

SUITE



• Oter la filandre des côtes en les cassant et en tirant sur les fils (effilandrer). Ne pas couper les branches avec un couteau.



• Laver très soigneusement les branches de céleri, ou les pieds entiers lorsqu'ils sont destinés à être braisés.
• Bien faire couler l'eau entre les branches de manière à les débarrasser parfaitement de toutes les impuretés.



Pieds de céleri pour braiser :
• Ne pas sectionner le talon, mais seulement l'araser.
• Eplucher le pied à l'aide d'un couteau économe, puis le sectionner en lui conservant 18 à 20 cm de branches.

Le pied de céleri ainsi préparé est blanchi durant une dizaine de minutes, puis rafraîchi avant d'être braisé.

EMINCER DU CÉLERI EN PAYSANNE



• Réunir quelques branches de céleri bien débarrassées de leur filandre, et soigneusement lavées.
• Les émincer finement à l'aide d'un couteau éminceur.
• Partager les côtes larges et épaisses en deux ou en trois dans le sens de la longueur.



UTILISATIONS

• *Potages taillés.*
• *Crudités.*
• *Salades composées.*
• *Garniture des poissons grillés ou meunière (bar rôti à la fondue de céleri, rouget barbet grillé à l'étuvée de céleri,...).*

TAILLER DU CÉLERI BRANCHES EN JULIENNE

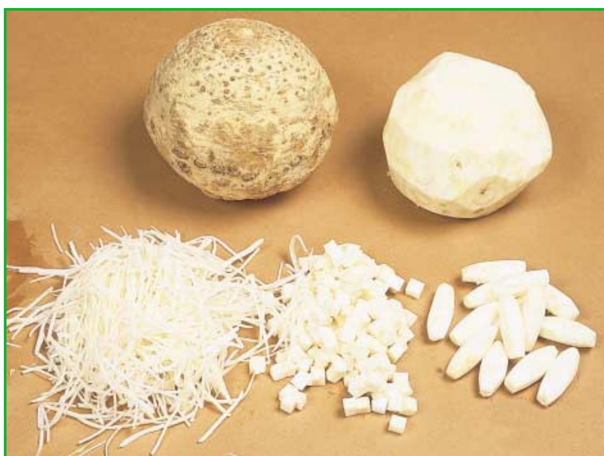


• Tronçonner des branches de céleri charnues et épaisses en morceaux de 4 à 5 cm de longueur.
• Lever des lamelles très fines à l'aide d'un couteau économe.



• Superposer les lamelles ainsi obtenues, et les émincer finement dans le sens de la longueur à l'aide d'un couteau éminceur.
La julienne de céleri est principalement utilisée comme petite garniture des potages, éventuellement des sauces de poissons.

LE CÉLERI-RAVE



ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Actuellement, il n'y a pas de normalisation des calibres, ni de la catégorie. Le conditionnement se fait en caisse ou en filet de 10 kilogrammes.

La période optimale d'achat se situe entre les mois de septembre et avril.

Choisir les céleris-raves d'aspect très sain, bien propres, lavés mais non brossés, débarrassés du chevelu racinaire et des fanes, sans taches brunes. Les préférer homogènes, ronds, lisses et lourds.

Refuser les céleris irréguliers présentant des excavations ou des protubérances, les céleris terreux, mous, creux, véreux, spongieux, à la coupe liquéfiée.

Les céleris-raves se conservent très bien en enceinte réfrigérée de + 8 °C + 10 °C.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



• Peler les céleris à l'aide d'un couteau d'office. Former des pelures épaisses de manière à ôter l'intégralité de la partie ligneuse et filandreuse qui se trouve sous la peau.



• Les laver soigneusement en les retirant de la calotte à la main.



• Les citronner immédiatement pour limiter les risques d'oxydation et les garder bien blancs.

SUITE

TAILLER DU CÉLERI-RAVE EN JULIENNE



- Si elle est très grosse, partager la boule de céleri.
- L'émincer finement à l'aide d'une mandoline, pour obtenir des tranches régulières d'1 mm à 1,5 mm d'épaisseur.



- Superposer les tranches ainsi obtenues.
- Les émincer finement en petits bâtonnets d'1 mm à 1,5 mm de section.
- Les citronner ou les assaisonner immédiatement.



UTILISATIONS

- *Crudités, céleri remoulade, à la crème, vinaigrette, au citron…*
- *Salades composées (Lorette, Beaucaire, Cendrillon).*
- *Garniture des potages.*

TAILLER DU CÉLERI-RAVE EN DÉS



- Si elle est trop grosse, partager la boule de céleri en deux, ou lui pratiquer une légère assise.
- Selon l'utilisation prévue, la tailler en tranches régulières de 5 mm à 1,5 cm d'épaisseur.



- Tailler les tranches en bâtonnets réguliers de 5 mm à 1,5 cm de largeur (suivant l'épaisseur des tranches).



- Superposer ou assembler les bâtonnets, puis les détailler en cubes très réguliers (s'ils ne sont pas marqués immédiatement en cuisson, les réserver dans de l'eau citronnée).

UTILISATIONS

Les cubes de céleri sont utilisés pour les salades composées, la réalisation des potages et des purées.

TOURNER DU CÉLERI-RAVE



• Partager les boules de céleri en tronçons de 3 cm de hauteur environ.
• Puis les tailler en tranches régulières d'1 cm à 1,5 cm d'épaisseur.



• Tailler les tranches ainsi obtenues en bâtonnets réguliers d'1 cm à 1,5 cm de section.



• Tourner les bâtonnets à l'aide d'un couteau d'office.
• Bien les arrondir pour leur donner la forme régulière et oblongue d'une grosse olive.
• Les réserver au fur et à mesure du tournage dans une calotte contenant de l'eau citronnée.



UTILISATIONS

- *Céleri étuvé, à la crème.*
- *Céleri à la grecque.*
- *Céleri blanchi et légèrement rissolé au beurre comme les pommes cocotte.*
- *Garniture du gibier.*

LEVER DES BOULES DE CÉLERI À LA CUILLER



• D'abord, bien enfoncer la cuiller, puis tourner de manière à obtenir des boules bien rondes.
• Les brasser sous un filet d'eau, et les réserver dans une calotte contenant de l'eau citronnée.

UTILISATIONS

Identiques à celles du céleri tourné.

LES CHAMPIGNONS DE COUCHE

(Voir également l'ouvrage «Technologie culinaire» - Editions BPI).



C'est Olivier de Serres qui, le premier, a proposé une méthode pour cultiver les champignons en carrières. Au temps de Louis XIV, on utilisait déjà les catacombes pour récolter des champignons. Mais ce n'est que vers la seconde moitié du XVIIIème siècle qu'un horticulteur a mis au point une technique permettant une culture abondante et régulière des champignons dans des carrières désaffectées du 14ème arrondissement de Paris.

Actuellement, les anciennes carrières du Maine-et-Loire (région d'Angers et de Saumur), du Loir-et-Cher, de l'Indre-et-Loire, du Cher, de la Vienne, de la Gironde et de l'Oise offrent un milieu particulièrement bien adapté à la culture des champignons de couche.

Les champignons de couche sont disponibles toute l'année. Ils se prêtent à de nombreuses techniques de cuisson et de préparations : potages, crèmes, veloutés, crudités, salades composées, purées, Duxelles et Duxelles à farcir, légumes d'accompagnement, petites garnitures, etc. Ils sont généralement cuits à couvert dans peu d'eau bouillante salée (additionnée de jus de citron et de beurre), sautés ou grillés.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Qu'ils soient bien blancs ou blonds, les champignons de couche ont pratiquement le même goût et les mêmes qualités. Les principaux critères de choix sont la fraîcheur et la fermeté.

A l'heure actuelle, il n'y a pas de normalisation pour les calibres, ni pour les catégories.

Les champignons de couche sont en général conditionnés en paniers de 2 kg à 5 kg, l'unité de facturation étant le kilogramme.

Choisir les champignons d'aspect très frais et très ferme. La coloration blanc ivoire ou blonde doit être uniforme et sans taches. Le chapeau doit être de préférence fermé et bien soudé au pied. Les lamelles doivent être d'un rose très pâle.

Les champignons cueillis à un stade de maturité plus avancé présentent un chapeau plus plat et ouvert, des lamelles brun foncé. Leur arôme est plus développé, mais la présentation est beaucoup moins appréciée.

Refuser impérativement les champignons trop ouverts, échauffés, présentant des traces de développement de moisissures.

Préférer les champignons très fermes et blancs pour les crudités et les Duxelles ; utiliser les champignons roux ou blonds pour les autres types de préparations.

Réaliser les commandes au jour le jour.

Les réserver en enceinte réfrigérée de + 8 °C à + 10 °C maximum et à l'abri de la lumière.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

EPLUCHER ET LAVER DES CHAMPIGNONS



- Eliminer la partie sablonneuse du pied en utilisant un couteau d'office.



- Tailler le pied en pointe (procéder comme pour tailler un crayon).
- Ne pas les éplucher à l'avance.



• Les laver soigneusement en les brassant délicatement. Mais **attention !** Ne pas les laisser tremper (ils se gorgent d'eau et deviennent spongieux).



• Les sortir de l'eau avec les mains : jamais en renversant la calotte, car le sable s'est déposé au fond de la calotte.
• Répéter l'opération autant de fois que nécessaire (5 à 6 fois, si les champignons sont sablonneux).

TAILLER DES CHAMPIGNONS EN QUARTIERS



• Raccourcir ou supprimer le pied des champignons (surtout lorsque les champignons sont un peu ouverts et gris).
• Les pieds peuvent être réservés pour les potages, pour aromatiser les fumets, les fonds ou les sauces.



• Poser la tête de chaque champignon à plat sur la planche à découper, puis la partager en quatre parties égales (cette technique s'applique aux champignons de taille moyenne).

Gros champignons



• Si nécessaire, raccourcir le pied.
• Partager le champignon en deux, puis tailler des «quartiers réguliers» (segments) en partant du centre.

SUITE

ESCALOPER LES CHAMPIGNONS



- Poser la tête du champignon bien à plat sur la planche à découper, puis la couper en deux morceaux dans le sens de la diagonale (en biais).
- Faire pivoter la tête du champignon d'un quart de tour et tailler à nouveau en biais, de manière à obtenir des quartiers ainsi «escalopés».



UTILISATIONS

Les quartiers de champignons et les quartiers escalopés sont principalement utilisés comme petite garniture d'accompagnement. Ils peuvent être sautés (sautés provençale, sautés bordelaise), ou cuits à blanc lorsque la sauce est blanche. Ils peuvent être également traités à la grecque.

ÉMINCER DES CHAMPIGNONS



- Si nécessaire, raccourcir le pied.
- Poser le champignon bien à plat, et l'émincer à l'aide d'un couteau à filets de sole en tranches plus ou moins fines (selon l'utilisation prévue).
- Les gros champignons peuvent être coupés en deux.



UTILISATIONS

- *Salades composées et crudités*
- *Champignons étuvés au beurre, à la crème…*
- *Petite garniture des poissons pochés au court-mouillement…*
- *Première phase des champignons hachés à la main.*

TAILLER DES CHAMPIGNONS EN JULIENNE



- Choisir les têtes les plus grosses, bien blanches et fermes.
- Les tailler transversalement en tranches régulières, plus ou moins épaisses selon l'utilisation de la julienne (en général de 2 à 3 mm d'épaisseur).



- Superposer méthodiquement les tranches ainsi obtenues et les tailler en bâtonnets réguliers de 2 à 3 mm de section.



UTILISATIONS

- *Garniture des potages, des crèmes, des veloutés et des consommés.*
- *Crudités et salades composées.*
- *Garniture milanaise, zingara…*

TAILLER DES CHAMPIGNONS EN BRUNOISE



- Procéder comme pour les champignons en julienne.
- Réunir les bâtonnets de champignons, et les tailler en petits dés (cubes) très réguliers ayant 2 à 3 mm de section.



UTILISATIONS

- *Garniture des potages, des crèmes, des veloutés et des consommés.*
- *Crudités et salades composées.*
- *Petites garnitures diverses.*

SUITE

HACHER DES CHAMPIGNONS À LA MAIN



- Emincer les champignons, puis les hacher très rapidement à l'aide d'un gros couteau de cuisine ou d'un trilame.
- Opérer très rapidement car les champignons noircissent facilement (suivant l'utilisation prévue pour les champignons hachés, il est possible d'ajouter quelques gouttes de jus de citron pour limiter leur oxydation).



UTILISATIONS

- *Duxelles de champignons.*
- *Duxelles à farcir, à la bonne femme.*
- *Purée de champignons.*
- *Potages, crèmes et veloutés.*

TOURNER DES CHAMPIGNONS



- Eplucher le champignon, et conserver le pied.
  Attention ! Ne pas le laver avant de le tourner.
- Avec un couteau d'office, pratiquer des cannelures régulières disposées en arc de cercle en partant du sommet du champignon.
- Araser le pied.
- Laver les têtes de champignons tournées, et les réserver dans une calotte contenant de l'eau citronnée.



UTILISATIONS

Elément de présentation des plats de poisson (sole normande, filet de poisson dieppoise…)

LA CHICORÉE WITLOOF DE BRUXELLES OU ENDIVE



Cette création revient à un chef jardinier du jardin botanique de Bruxelles, qui a eu l'idée de faire pousser de la chicorée à l'abri de la lumière. Cette nouvelle salade fut appelée «witloof» ce qui signifie «feuilles blanches» en flamand.

Semée au printemps, elle émet une grosse racine cylindrique et de banales feuilles vertes sans intérêt gustatif. A l'automne, on arrache les racines qui seront forcées en cave à une température moyenne de 20 °C pendant environ trois semaines. Les jeunes bourgeons (chicons) bien blancs qui se développent sous terre sont ensuite récoltés.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Les calibres de l'endive correspondent à la longueur et au diamètre en centimètres de chaque pièce, liés à la catégorie. Exemples :

- catégorie Extra, longueur : 9 à 17 cm, diamètre : 2,5 à 6 cm,
- catégorie I, longueur : 9 à 20 cm, diamètre : 2,5 à 8 cm.

L'unité de facturation est le kilogramme.

La période optimale d'achat se situe de novembre à mars. Toutefois, certaines variétés sont actuellement disponibles toute l'année, avec cependant un léger creux en juillet et août.

Choisir les chicons de la catégorie «Extra», de forme oblongue, très fuselée, aux feuilles très serrées surtout à l'extrémité. La coupe doit être fraîche et blanche, une légère couleur «rouille» pouvant tout de même être acceptée.

Refuser impérativement les endives ouvertes (étiolées) et verdâtres (coloration due à l'exposition à la lumière), ainsi que les endives dont la base est liquéfiée.

Il faut compter 100 g d'endives par personne lorsqu'elles sont servies en salade, et 250 g à 300 g lorsqu'elles sont braisées.

Stocker les endives en enceinte réfrigérée de + 8 °C à + 10 °C dans leur carton d'origine hermétiquement fermé ou à l'abri de la lumière. Au cours d'un stockage prolongé, ce légume salade verdit et acquiert de l'amertume.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

Selon leurs utilisations, en «salade» ou «braisées», les endives se préparent différemment :

ENDIVES DESTINÉES À ÊTRE CONSOMMÉES CRUES EN SALADE



- Araser le talon (rafraîchir la coupe).
- Dégager les feuilles extérieures si elles sont abîmées.
- Si l'endive est étiolée, raccourcir la pointe.



- Partager l'endive en deux dans le sens de la longueur.
- L'émincer régulièrement (1 cm à 1,5 cm d'épaisseur).
- Ne pas aller jusqu'au talon, il est parfois très amer.
  Cette technique est également utilisée pour les endives étuvées au beurre ou à la crème.

SUITE

Autre méthode :



Pour certaines recettes, les feuilles des endives peuvent rester entières.

- Araser le talon.
- Supprimer les feuilles extérieures si elles sont abîmées.
- Dégager délicatement les feuilles entières, en raccourcissant progressivement le talon.



- Laver soigneusement et égoutter.
  Attention ! Laver rapidement et surtout ne pas laisser tremper dans l'eau.

ENDIVES DESTINÉES À ÊTRE BRAISÉES



- Supprimer les feuilles extérieures si elles sont abîmées.
- Rafraîchir la pointe de l'endive si elle est légèrement étiolée.
- Araser le talon et le creuser en pointe à l'aide d'un couteau d'office. Ceci permet de maintenir les feuilles durant la cuisson et limite les risques d'amertume.



- Laver soigneusement les endives, puis les égoutter.

UTILISATIONS

- *Endives braisées.*
- *Endives meunière.*
- *Pièce de veau poêlée bruxelloise.*



Endives meunière

LES CHOUX



Légumes disponibles tout au long de l'année (avec un léger creux en juillet et en août). Les nombreuses variétés de choux sont très utilisées en cuisine. On distingue :

- Les choux consommés en feuilles (choux pommés ou pointus de printemps).
- Les choux cabus à feuilles lisses, verts et blancs, généralement consommés crus.
- Les quintals blancs d'Alsace utilisés pour la fabrication de la choucroute.
- Les choux verts de Milan aux feuilles cloquées et les choux verts frisés, toujours consommés cuits après blanchiment (soupes, potées, choux farcis, choux braisés, chartreuses, etc.).

Les choux blancs peuvent être cuits comme les choux verts.

- Les choux rouges généralement consommés crus qui peuvent toutefois être braisés sans blanchiment préalable et accompagner le porc et le gibier.
- Les bourgeons de choux de Bruxelles.
- Les jets et tiges fleuries des brocolis verts, les choux-fleurs et les choux Romanesco.
- Les choux de Chine ou Pe Tsai au goût de chou moins prononcé, constituant en automne ou au début de l'hiver d'excellentes salades. Ils peuvent aussi être préparés comme le chou vert.
- Les choux navets (voir «Les navets rutabagas jaunes à collet vert» - p. 107).
- Les choux raves qui ne sont pas à proprement parler des choux, mais un renflement de la tige ayant la forme d'une boule charnue et moelleuse. Les modes de préparation indiqués pour les navets et céleris raves leur sont applicables.
- Les choux marins ou crambes maritimes qui poussent spontanément sur une grande partie des côtes d'Europe occidentale. Ils font actuellement l'objet de recherche de culture intensive. Les pétioles des feuilles se préparent comme les asperges et les côtes de blettes. Après cuisson, leur goût rappelle celui de la noisette.

LES CHOUX BLANCS, VERTS ET ROUGES

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Le calibre correspond au poids minimal, exprimé en grammes, de la pièce :

- 350 g minimum pour les choux primeurs (chou vert pointu).
- 500 g pour tous les autres choux.

En pleine saison, le poids moyen d'une belle pomme de chou est d'environ 1,500 kg à 2 kg.

Choisir les choux ayant un aspect très frais, la pomme pointue ou ronde doit être volumineuse, ferme, bien serrée et non éclatée.

Refuser impérativement les choux présentant des feuilles jaunes, flétries, des traces de pourriture à l'intérieur de la pomme ou de liquéfaction à la base du trognon.

Les stocker en enceinte réfrigérée de + 8 °C à + 10 °C durant 4 à 5 jours maximum. Les choux verts nouveaux sont très fragiles.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

Elles sont identiques à ces trois variétés.

Choux de Milan



- Couper le trognon à l'aide d'un gros couteau éminceur pour dégager les feuilles extérieures plus facilement.



- Dégager progressivement les grosses feuilles extérieures (trop vertes et trop dures).
- Oter également les éventuelles feuilles jaunies ou flétries.



• Araser progressivement le trognon et dégager délicatement les feuilles une par une.



• Dégager progressivement les feuilles en les maintenant entières.



• Oter de chaque feuille la grosse nervure centrale, à l'aide d'un couteau éminceur.



• Laver soigneusement et délicatement les feuilles de choux dans plusieurs eaux.
• Ne pas les laisser tremper, les égoutter immédiatement et les réserver à couvert en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C.

Il est possible d'ajouter un peu de vinaigre lors du premier lavage ; dans ce cas, laisser les feuilles de choux tremper durant une vingtaine de minutes, puis les rincer plusieurs fois.

Choux blancs



• Couper le trognon avec un gros couteau éminceur pour dégager les feuilles extérieures plus facilement.



• Dégager progressivement les feuilles extérieures, si celles-ci sont flétries ou abîmées.



• Selon son utilisation (julienne ou chou braisé), partager le chou en quatre dans le sens de la verticale.



• Tailler le talon des quartiers de chou en biais pour bien éliminer le reste du trognon et la base des grosses nervures des feuilles.



• Ecarter légèrement les feuilles des quartiers, sans toutefois les séparer, ceci facilite leur lavage.



• Débarrasser les quartiers de chou dans une calotte ou dans un bahut avec de l'eau vinaigrée.
• Les laisser tremper durant une vingtaine de minutes.



• Rincer les quartiers de chou dans plusieurs eaux, mais ne pas les laisser tremper. Les égoutter, puis les réserver à couvert en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C.

Choux rouges



• Couper le trognon à l'aide d'un gros couteau éminceur pour dégager les feuilles extérieures plus facilement.

SUITE



• Dégager progressivement les feuilles extérieures si celles-ci sont flétries ou abîmées.



• Ecarter légèrement les feuilles des quartiers, sans toutefois les séparer, ceci facilite leur lavage.



• Selon son utilisation (julienne ou chou braisé), partager le chou en quatre dans le sens de la verticale.



• Débarrasser les quartiers de chou dans une calotte ou dans un bahut avec de l'eau vinaigrée.
• Les laisser tremper durant une vingtaine de minutes.



• Tailler le talon des quartiers de chou en biais pour bien éliminer le reste du trognon et la base des grosses nervures des feuilles.



• Rincer les quartiers de chou dans plusieurs eaux, mais ne pas les laisser tremper. Les égoutter, puis les réserver à couvert en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C.

TAILLER EN JULIENNE OU ÉMINCER

Choux blancs



- Maintenir fermement le quartier de chou débarrassé de ses grosses côtes, l'émincer finement et régulièrement à l'aide d'un couteau éminceur.
- Débarrasser la julienne de chou dans une calotte, la saupoudrer de sel fin et la laisser dégorger durant une trentaine de minutes.
- L'égoutter soigneusement avant de l'assaisonner (ne pas ajouter de sel dans la sauce d'assaisonnement).



UTILISATIONS

- *Hors-d'œuvre.*
- *Crudités.*
- *Salades composées.*
- *Potages taillés (fermière).*
- *Garniture de consommés.*

REMARQUE

Il est possible de blanchir puis de rafraîchir la julienne de chou avant de l'assaisonner.

Choux rouges



- Pratiquer de la même manière que pour le chou blanc.
- Débarrasser le chou rouge émincé dans une calotte, le saupoudrer de sel fin et l'arroser avec du vinaigre bouillant. Le laisser dégorger durant une trentaine de minutes, puis l'égoutter soigneusement avant de l'assaisonner (ne pas ajouter de sel, ni de vinaigre, dans la sauce d'assaisonnement).



UTILISATIONS

- *Hors-d'œuvre.*
- *Crudités.*
- *Salades composées.*

SUITE

TAILLER EN PAYSANNE



• Tailler les feuilles de chou (débarrassées de leurs nervures principales) en lanières de 1 cm maximum de largeur.



• Superposer les lanières et tailler des petits carrés d'1 cm de section.



• Résultat.

LES CHOUX DE BRUXELLES



Les choux de Bruxelles sont des bourgeons se développant sur une tige à l'aisselle des feuilles de certaines variétés de choux. Le bourgeon ressemble à un petit chou pommé.

La période optimale d'achat se situe en automne et en hiver.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Choisir les «pommes» de belle taille, bien fermées, lisses, fermes, d'une couleur vert foncé. Refuser les pommes étiolées dont les feuilles extérieures sont ouvertes, jaunies et flétries, ou dont la coupe n'est pas fraîche, apparaît noirâtre ou liquéfiée.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



• Eliminer les éventuelles feuilles jaunies ou flétries.
• Parer (raccourcir) le trognon sans exagération (les premières feuilles risqueraient de se détacher durant la cuisson).
• L'inciser en croix pour faciliter la cuisson.



- Les débarrasser dans une calotte ou un bahut avec de l'eau vinaigrée.
- Les laisser tremper une dizaine de minutes, puis les égoutter.



- Les laver soigneusement dans plusieurs eaux.
- Ne pas les laisser tremper, les égoutter, puis les marquer en cuisson à l'anglaise.

UTILISATIONS

- *Choux de Bruxelles étuvés.*
- *Choux de Bruxelles sautés.*
- *Garniture bruxelloise.*
- *Potage et purée flamande, Nevers.*

LES CHOUX BROCOLIS
(OU CHOUX-FLEURS VERTS)



Chaque plante de chou brocoli donne de belles pommes vertes auxquelles succèdent 4 à 6 têtes ou «jets» qui se développent à l'aisselle des feuilles.

Les pommes ou inflorescences de brocolis ont une saveur délicate et très fine. Tous les modes de préparations indiqués pour les choux-fleurs peuvent convenir aux brocolis. Ils accompagnent plus particulièrement toutes les viandes blanches (pièces de veau et de volaille poêlées ou sautées).

La base des inflorescences (partie tendre du trognon) peut être utilisée pour la réalisation de potages, purées, subrics, terrines de légumes…

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Choisir les pommes fermes, bien dressées, serrées et compactes, avant l'ouverture des boutons floraux. La couleur doit être d'un beau vert franc et homogène. Refuser impérativement les bouquets jaunis ou trop épanouis. La coupe du trognon doit être fraîche et les feuilles vertes extérieures bien vertes et cassantes.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



- Oter les feuilles vertes extérieures et la plus grosse partie du trognon dur à l'aide d'un couteau d'office.

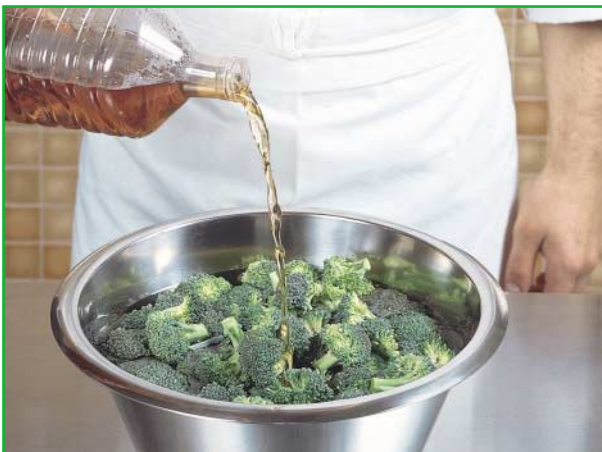
SUITE



- Séparer l'inflorescence en petits bouquets réguliers.
- Raccourcir les trognons et les réserver pour une autre utilisation.
- Les inciser en croix pour faciliter la cuisson.



- Les parures des trognons non ligneux peuvent être utilisées pour la réalisation de purées et de potages.



- Débarrasser les bouquets dans une calotte ou un bahut renfermant de l'eau vinaigrée.
- Les laisser tremper durant quelques minutes, puis les égoutter.



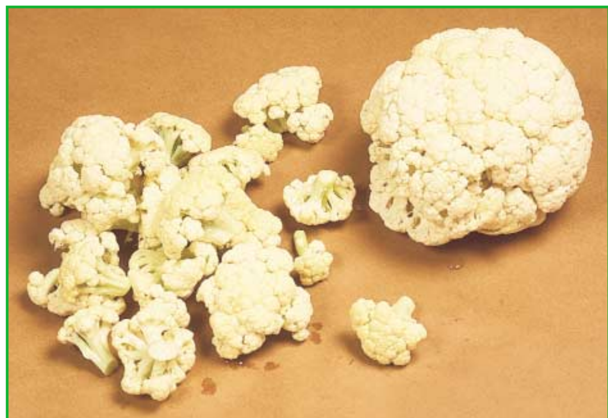
- Laver soigneusement les bouquets de brocolis dans plusieurs eaux.
- Les égoutter, puis les marquer en cuisson à l'anglaise ou à la vapeur.



UTILISATIONS

- *Etuvés au beurre.*
- *A la crème.*
- *Hollandaise.*
- *Purées, mousses.*
- *Terrines de légumes.*

LES CHOUX-FLEURS



ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Les calibres des choux-fleurs correspondent au diamètre minimal exprimé en centimètres de la pièce, liés à la catégorie. Exemple :

- catégorie I : diamètre minimal 11 cm.

Pour les choux-fleurs effeuillés, l'unité de facturation est le kilogramme (sans feuilles, ni trognon), et la pièce pour les choux-fleurs couronnés (avec feuilles découvrant le sommet de la fleur).

Choisir de préférence les choux-fleurs à pommes volumineuses, fermes, bien blanches, serrées et brillantes, protégées par un feuillage ample et bien vert.

Les choux-fleurs effeuillés sont généralement des choux-fleurs défraîchis dont on a ôté les feuilles pour leur assurer une meilleure présentation.

Refuser impérativement les choux-fleurs jaunis, flétris, aux fleurs ternes, ayant des traces de moisissures ou de liquéfaction à la base du trognon.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



- Oter les feuilles vertes et le trognon principal à l'aide d'un couteau éminceur pour dégager entièrement l'inflorescence.

REMARQUE

La pomme de chou-fleur peut être marquée en cuisson entière, le trognon central est dégagé après cuisson.



- Diviser l'inflorescence en bouquets réguliers (voir «sommités de chou-fleur») :
  - très petits pour une garniture de potage (crème Dubarry),
  - un peu plus gros pour être traités crus en salade ou cuits à la grecque,
  - gros pour une cuisson à l'anglaise ou à la vapeur.

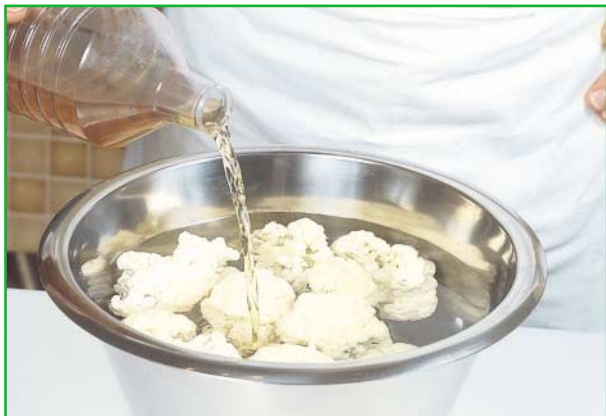


- Parer et diminuer légèrement le trognon de chaque bouquet.



- Pratiquer une légère incision en croix, afin d'uniformiser la durée de la cuisson.

SUITE



- Débarrasser les bouquets de chou-fleur dans une calotte ou un bahut contenant de l'eau vinaigrée.
- Les laisser tremper durant quelques minutes.



- Laver soigneusement les bouquets dans plusieurs eaux.
- Ne pas les laisser tremper.
- Les égoutter et les réserver à couvert en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C.



UTILISATIONS

- *Potages (crème Dubarry).*
- *Chou-fleur à la crème, au gratin, polonaise, hollandaise, bouquetière de légumes, garniture Du Barry.*
- *Mousses, terrines de légumes.*

SOMMITÉS DE CHOU-FLEUR



- Dégager des petits bouquets (sommités) très réguliers de l'inflorescence.
- Diminuer et parer les trognons et les débarrasser dans une calotte avec de l'eau vinaigrée.
- Les rincer plusieurs fois.



UTILISATIONS

- *Garniture des potages, des crèmes et des consommés.*
- *Salades composées.*
- *Eléments de décor et de présentation.*

LES CONCOMBRES



«Fruits légumiers» de la famille des cucurbitacées, les concombres sont le plus souvent consommés crus pour leurs propriétés rafraîchissantes et légèrement amères.

Toutefois, ils peuvent être consommés cuits (étuvés, à la crème, au gratin, à la grecque, meunière) ou comme petite garniture sous l'appellation classique «Doria».

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Le calibre correspond au poids exprimé en grammes de la pièce.

Exemples : 350/400 - 400/500 - 500/600

La catégorie est définie par la réglementation :

Extra - I : droit - II : courbé.

Choisir les concombres bien fermes, réguliers, cylindriques, d'une belle couleur homogène, vert foncé brillant. Trop gros, ils renferment des graines. Fraîchement cueillis, ils peuvent comporter des traces de la fleur.

Refuser impérativement les concombres mous, flétris, jaunes à chair molle ou liquéfiée.

Les stocker en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C. Les concombres craignent le froid (au dessous de + 6 °C) et les manipulations brutales.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

Laver



- Laver soigneusement les concombres.
- Ne pas les laisser tremper.
- Les égoutter, puis les éponger.

Eplucher



- Couper les deux extrémités du concombre (pédoncule et œil pistilaire) à l'aide d'un couteau d'office.
- Peler à l'économe dans le sens de la longueur.



- Les partager en deux dans le sens de la longueur.



- Racler les graines et la partie spongieuse (si nécessaire) à l'aide d'une cuiller à entremets.

SUITE

DIFFÉRENTES TAILLES

ÉMINCER



- Poser les demi-concombres à plat sur la planche à découper.
- Les émincer régulièrement en tranches d'1 mm d'épaisseur, à l'aide d'un couteau éminceur.
- Les saupoudrer de sel fin et les laisser dégorger durant une trentaine de minutes.
- Les égoutter avant assaisonnement.



Résultat.

UTILISATIONS

Hors-d'œuvre, crudités, salades composées, taboulé, etc.

TAILLER EN BÂTONNETS



- Couper transversalement les concombres en tronçons de 3 à 4 cm de longueur.



- Tailler les tronçons en tranches régulières de 3 à 4 mm d'épaisseur.



- Superposer les tranches et les tailler en bâtonnets réguliers de 3 à 4 mm de section.



Résultat.

UTILISATIONS

Hors-d'œuvre, crudités, salades composées.

CONCOMBRES TOURNÉS



• Couper transversalement les concombres en tronçons de 3 à 4 cm de longueur.



• Tailler les tronçons en 4 ou en 6, dans le sens de la hauteur.



• Tourner les concombres.
• Donner une forme régulière arrondie oblongue à l'aide d'un petit couteau d'office (se rapprocher le plus près possible de la forme d'une olive).
Il est possible de ne pas éplucher les concombres avant de les tourner (voir «Les courgettes»).



Résultat.

UTILISATIONS

• *Concombres étuvés, meunière, à la crème.*
• *Sole Doria, poulet sauté Doria, fricassée de volaille aux concombres.*

CONCOMBRES LEVÉS À LA CUILLER À RACINE

Des boules de concombre peuvent être levées à l'aide d'une cuiller à racine (voir «Les carottes» page 60, et «Les pommes noisettes» page 131).

LES COURGETTES



Les courgettes sont des fruits ronds ou longs provenant d'une plante rampante ou grimpante de la famille des cucurbitacées.

La chair des jeunes courgettes, cueillies avant leur complet développement, est très tendre et d'excellente qualité gustative.

Les fleurs de courgette jaunes ou blanches, en forme «d'entonnoir» sont consommées le plus souvent farcies ou en beignets.

La chair des «courgettes spaghettis» présente après cuisson à l'anglaise l'aspect de véritables spaghettis. Elle est plus spécialement utilisée pour la réalisation de croquettes, de subrics, et de darphins de courgettes.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Plusieurs variétés sont disponibles tout au long de l'année, mais la période optimale d'achat des courgettes françaises se situe d'avril à octobre.

Les calibres sont définis par la réglementation : ils correspondent aux longueurs maximale et minimale en centimètres de la pièce.

Exemple :

• 14/21 cm en catégorie I.

Choisir les courgettes de forme régulière, longues et cylindriques, d'une belle couleur vert foncé brillant, tachetées ou marbrées de vert clair. La chair doit être blanche, ferme et d'excellente qualité gustative.

Refuser impérativement les courgettes trop grosses et trop mûres, car leur chair est souvent filandreuse et comporte de nombreux pépins. Refuser également les courgettes à peau terne et plissée et à consistance molle ou liquéfiée.

Les stocker quelques jours en enceinte réfrigérée de + 8 °C à + 12 °C maximum.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



• Laver soigneusement les courgettes dans plusieurs eaux.



• Supprimer le pédoncule (calice) et parer la base de la courgette (œil pistilaire) à l'aide d'un couteau d'office ou éminceur.



• Selon l'utilisation et l'épaisseur de la peau, éplucher les courgettes complètement, ou laisser un passage de peau sur deux à l'aide d'un économe ou d'un canneleur.

TAILLER EN RONDELLES (ÉMINCER)



- Selon leur utilisation, les courgettes peuvent être détaillées transversalement ou légèrement en biais, en rondelles plus ou moins épaisses (*courgettes sautées provençale, gratin «Ismaël Bayeldi», courgettes frites, en beignets, etc.*). Les courgettes ainsi détaillées, on peut les mettre à dégorger en les saupoudrant de sel fin.

TAILLER EN DÉS



- Détailler les courgettes en tranches régulières d'1 cm à 1,5 cm d'épaisseur (ou plus finement selon l'utilisation).
- Superposer les tranches et les détailler en bâtonnets réguliers d'1 cm à 1,5 cm de largeur.
- Maintenir les bâtonnets bien rangés, puis les détailler en dés réguliers de 1 cm à 1,5 cm de section *(courgettes sautées, ratatouilles, bohémienne de légumes, etc.).*

TAILLER EN ÉVENTAIL

Cette technique est identique à celle utilisée pour les cornichons, les aubergines et les concombres.



- Canneler facultativement les courgettes en spirale (choisir de préférence de petites courgettes, sinon partager des tronçons en deux dans le sens de la longueur).
- Les émincer finement à l'aide d'un couteau à filets de sole, sans aller jusqu'à l'extrémité de la courgette.
- Aplatir légèrement l'éventail, puis l'arrondir si nécessaire *(éventail étuvé ou sauté au beurre, petite garniture ou élément de décoration).*

TRONÇONS DE COURGETTE FARCIS



- Détailler les courgettes en tronçons réguliers d'environ 4 cm de hauteur.
- Cerner la chair à 3 ou 4 mm des bords avec la pointe d'un couteau d'office.
- Evider à l'aide d'une cuiller à pommes noisettes.

SUITE

COURGETTES TOURNÉES



- Couper transversalement les courgettes non épluchées en tronçons de 3 à 4 cm de longueur.
- Tailler les tronçons en 4 ou en 6 «quartiers» dans le sens de la hauteur (selon le diamètre des courgettes).
- Tourner les courgettes : leur donner une forme régulière arrondie oblongue, à l'aide d'un petit couteau d'office.
- Oter en premier la partie centrale souvent filandreuse, et préserver un passage de peau pour améliorer la présentation *(courgettes à la grecque, étuvées à la crème, glacées, etc.).*



Fleurs de courgettes farçies

LE CRESSON



Le cresson est une plante de la famille des crucifères, dont on cultive certaines espèces pour la consommation. Son goût légèrement piquant et moutardé en fait la garniture traditionnelle des viandes rôties et grillées.

Parmi les principales espèces utilisées en cuisine, le cresson de fontaine (nasturtium officinale) occupe une place prépondérante. Il croît rapidement dans l'eau fraîche courante des cressonnières, mais également dans les terrains très humides et ombragés.

Le cresson alénois (lepidium sativum) ou cresson des jardins, qui se développe sur la terre, est employé plus spécialement comme condiment.

La culture du cresson de fontaine est très particulière : elle exige une grande surveillance de la qualité hygiénique de l'eau pour éviter toute contamination par un parasite appelé la «douve du foie». Des contrôles permanents dans les cressonnières agréées permettent de consommer du cresson toute l'année en toute sécurité.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Choisir les bottes de cresson d'aspect très frais. Les feuilles doivent être bien vertes, serrées, légèrement humides mais sans excès, craquantes et cassantes.

La coupe doit être fraîche, nette, sans traces de liquéfaction.

Vérifier le lien de la botte : il doit comporter le numéro d'agrément de la cressonnière.

Refuser impérativement les bottes de cresson défraîchies, jaunies ou fanées.

Les conserver en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C, recouvertes d'un linge humide.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



• Ouvrir la botte et laver soigneusement le cresson dans plusieurs eaux. Il est possible d'ajouter quelques gouttes d'eau de Javel à l'eau de lavage, et de rincer le cresson au moins deux fois.



• Trier et équeuter le cresson, branche par branche. Oter les feuilles jaunies, les racines et ne conserver que 5 à 6 cm de tige.



• Réunir le cresson ainsi trié et équeuté en petits bouquets, puis le laver à nouveau.



• Disposer le cresson dans une plaque à débarrasser contenant un peu d'eau et quelques glaçons.
• Couvrir le cresson d'un papier absorbant humide, et le réserver jusqu'au moment de son utilisation en enceinte réfrigérée.

REMARQUE



↑ À NE JAMAIS FAIRE ↑

La méthode rapide qui consiste à couper les tiges est à proscrire. Les feuilles jaunies et flétries restent à l'intérieur des bouquets.
• Trier et équeuter le cresson branche par branche.

LES CROSNES



Fins tubercules en chapelets couverts de nodosités, les crosnes sont arrivés de Chine à la fin du XIXème siècle, sous le nom de Kan-Lu. Les botanistes les ont baptisés «stachys affinis bunge», les Italiens «pommes de terre de la reine», les Anglais «artichauts chinois». L'homme qui les a introduits en France, les a tout simplement appelés «crosnes» en référence à la petite ville de l'Essonne où était situé son jardin.

On ne cultive plus guère de crosnes à Crosne, et les légumes vendus sur les marchés proviennent essentiellement des sols légers et sableux du Maine-et-Loire.

Ce légume original dans sa forme dont la saveur rappelle l'artichaut, le topinambour ou le salsifis, doit être utilisé très frais pour pouvoir le nettoyer facilement et l'obtenir bien blanc.

Selon leur utilisation, les crosnes sont en général fortement blanchis à l'eau bouillante salée, puis séchés au beurre sans coloration (crosnes sautés au beurre, à la polonaise), ou cuits dans un blanc léger pour les crosnes à la crème, au gratin, au jus, à la milanaise, ou simplement traités à l'anglaise ou à la vapeur pour la réalisation des purées, des beignets, des croquettes, des crèmes et des veloutés.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Choisir les crosnes d'aspect très frais, fermes, très propres, à peau fine, claire, brillante, sans tache de rouille ni de moisissure, et sans trace de parasite.

Limiter la conservation à son strict minimum (2 à 3 jours), si possible dans l'obscurité de + 10 °C à + 12 °C. Les recouvrir éventuellement de terre légère et sablonneuse. A l'air ambiant, les crosnes se dessèchent rapidement et durcissent.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

Généralement, il ne reste qu'une fine couche de terre sableuse sur les crosnes. Elle peut être retirée aisément selon l'une des deux méthodes suivantes :

1ère méthode :

Les faire tremper à grande eau, brosser énergiquement les entre-nœuds, puis les ébouter.

2ème méthode :



• Ebouter les deux extrémités.



• Les placer dans un torchon solide avec du gros sel.



• Les sasser et les rouler énergiquement dans le torchon (le gros sel égratigne la peau tendre et retire les parties terreuses).
• Les laver sous un jet d'eau puissant, afin de retirer les dernières parcelles de peau.

LES ÉCHALOTES



Plante potagère et bulbeuse à saveur alliacée, l'échalote est principalement utilisée en cuisine comme condiment.

La culture de l'échalote est une spécialité de notre pays, le Finistère produit la plus grande part de notre consommation.

L'échalote grise dite «de Jersey» est la plus fine et la plus recherchée.

Le marché est principalement approvisionné par l'échalote rose, présente sous les deux formes suivantes :

- l'échalote longue, de forme allongée, jaune cuivré,
- l'échalote demi-longue, de forme oblongue et de couleur rosée, la plus cultivée.

Par ailleurs, il existe une nouvelle variété, la «griselle», aux larges bulbes fuselés, protégés par une épaisse peau argentée.

Les jeunes pousses vertes des échalotes peuvent être utilisées comme la ciboulette et la cive.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Les calibres définis par les usages sont les suivants :

- les échalotes longues,
- les échalotes demi-longues.

Actuellement, il n'y a pas de catégorie. Le conditionnement le plus courant est le filet de 5 kilogrammes.

Choisir les échalotes bien sèches, brillantes, très fermes, bien dépaillées, calibrées et sans traces de germination.

Refuser impérativement les échalotes ramollies, germées, dégageant une odeur sulfurée trop forte.

Comme pour l'ail et l'oignon, il est recommandé de stocker les échalotes dans des casiers placés dans un local sec, bien aéré, à l'abri des insectes, des rongeurs et de la lumière.

Limiter la durée de conservation des échalotes, principalement au printemps durant la période de germination, et ne jamais les réserver en enceinte réfrigérée.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

ÉPLUCHER ET LAVER DES ÉCHALOTES



- Araser les deux extrémités de l'échalote à l'aide d'un couteau d'office.
- Oter les différentes pellicules de la peau, sans entamer la pulpe.



- Laver soigneusement les échalotes dans plusieurs eaux, en les retirant de la calotte à la main.

SUITE

ÉMINCER DES ÉCHALOTES



• Partager les échalotes en deux dans le sens de la verticale à l'aide d'un couteau à filets de sole.



• Oter le talon des demi-échalotes en le coupant légèrement en biais.



• Les émincer très finement et régulièrement.
• Emincer les échalotes dans le sens des petites lignes roses situées sur le dessus.



UTILISATIONS

• *Garniture aromatique des fumets.*
• *Onglet, bavette, entrecôte à l'échalote, etc.*

CISELER DES ÉCHALOTES



- Partager les échalotes en deux dans le sens de la verticale (voir «émincer des échalotes»).
- Ne pas ôter le talon.
- Emincer finement les demi-échalotes à l'aide de la pointe du couteau à filets de sole.
  S'arrêter à quelques millimètres du talon (le talon permet de maintenir l'échalote).



- Tourner l'échalote d'un quart de tour, et bien la maintenir à l'aide des doigts. La partie émincée doit se trouver du côté tranchant du couteau, et le talon sous la main.
- Emincer à nouveau horizontalement l'échalote, mais sans aller jusqu'au talon.



- Bien maintenir l'échalote avec les doigts, la garder dans la même position, et l'émincer finement dans le sens vertical.
- Les échalotes ciselées à l'avance (lors de la mise en place) peuvent être réservées à couvert, dans un petit récipient en acier inoxydable contenant du vin blanc.



UTILISATIONS

- *Condiment des salades et des salades composées.*
- *Ingrédient de la réduction et de la composition de nombreuses sauces (Bercy, béarnaise, diable, beurre blanc, ...).*
- *Cuisson des poissons braisés et pochés au court-mouillement, etc.*

LES ÉPINARDS ET L'OSEILLE

LES ÉPINARDS



Plante potagère herbacée de la famille des chénopodiacées dont on consomme généralement les feuilles crues (en salade), ou cuites à l'anglaise. Une série de dessins animés de Dave Max Fleisher, dont le héros est Popeye - bras-de-fer, a sûrement fait plus pour la promotion de l'épinard qu'une campagne publicitaire n'aurait pu le faire.

Assez riche en acide oxalique, l'épinard est déconseillé aux arthritiques et aux rhumatisants qui ne doivent pas en consommer régulièrement.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Les principales variétés sont issues d'une sélection améliorée du «monstrueux de Viroflay».

Choisir les épinards d'aspect très frais et très propres. Les feuilles doivent être entières, fermes, craquantes, pas trop épaisses, de couleur vert soutenu mais pas exagéré. Les jeunes pousses de printemps (utilisées crues en salade) doivent être petites, lisses, tendres et de couleur vert clair.

Refuser les épinards aux feuilles larges, épaisses, dures, cassées ou fripées par des manipulations brusques, les feuilles jaunies, flétries, aux tiges molles, souples et liquéfiées. Refuser également les épinards retrempés, exagérément humides (risque de pourrissement rapide) et les épinards échauffés (début de fermentation).

En dehors des mois d'été, on trouve des épinards tout le reste de l'année. Le printemps correspond à la période optimale de commercialisation. La tétragone ou épinard de Nouvelle-Zélande constitue le meilleur succédané de l'épinard en été.

Stocker les épinards en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C. Il est conseillé d'effectuer les achats au jour le jour, selon les besoins.

Eviter de conserver les épinards cuits durant plus de 24 heures (formation de nitrites nocifs pour la santé).

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



- Equeuter les épinards.
- Replier la feuille en deux et tirer délicatement sur la nervure centrale, en prenant soin de ne pas l'écourter.
- Supprimer les feuilles jaunies et flétries.



- Laver soigneusement les épinards. Les laver de nombreuses fois dans une grande quantité d'eau en les retirant à la main. La terre se dépose au fond du récipient.

L'OSEILLE



L'oseille est une plante potagère vivace de la famille des polygonacées (rumex acetosa) dont les feuilles au goût acide, riches en acide oxalique, sont utilisées en cuisine sous la forme de chiffonnade pour accompagner les potages, les œufs et les poissons.

La surelle est une variété d'oseille sauvage à petites feuilles (rumex acetosella) qui se rencontre dans certains lieux humides.

CRITÈRES QUALITATIFS

Ils sont identiques à ceux des épinards.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



- Equeuter les feuilles d'oseille. Oter la tige et la nervure centrale.



- Laver soigneusement de nombreuses fois, en retirant les feuilles du récipient avec les mains.
- Egoutter dans une passoire.



- Superposer les feuilles par petites quantités.
- Les rouler (en forme de cigare).



- Ciseler : émincer les feuilles d'oseille ainsi roulées en fines lanières. La chiffonnade peut être plus ou moins épaisse selon son utilisation.

REMARQUE

Cette technique s'applique également aux feuilles d'épinards et de laitues. Les feuilles ainsi ciselées sont étuvées au beurre, à couvert : elles constituent les «chiffonnades» utilisées pour les garnitures de potages, consommés, œufs durs, et pour les poissons dits «à l'oseille».

LES FENOUILS BULBES OU FENOUILS TUBÉREUX



Le fenouil bulbe ou fenouil tubéreux est une plante ombellifère, herbacée, vivace, que l'on cultive principalement en Italie et dans le midi de la France pour son bulbe renflé au goût anisé que l'on nomme «pomme» (fenouil doux et fenouil de Florence).

Le fenouil produit aussi des graines (fenouil amer) qui remplacent parfois l'anis dans la composition de certaines liqueurs.

Dans le cas du «fenouil bâtard» ou aneth (anethum graveolem), les jeunes feuilles pennées sont utilisées pour parfumer les marinades des poissons crus, les nages de crustacés, ou simplement comme élément de décoration.

Les tiges et les feuilles séchées du fenouil sauvage (aneth fœniculum) sont utilisées pour aromatiser les poissons grillés (bar, daurade, loup).

Cru, le bulbe de fenouil entre dans la composition des hors-d'œuvre et des salades composées.

Cuit, après blanchiment, il peut être traité à la grecque, à l'anglaise, puis étuvé au beurre, meunière, à la crème, au gratin, en beignets ... ou braisé. Le fenouil peut être également cuit à couvert dans un blanc léger, ou dans de l'eau bouillante salée, citronnée et huilée en surface.

Le fenouil aime en outre rappeler ses origines ensoleillées : l'ail, l'oignon, l'huile d'olive, le parmesan sont les bons compagnons de son parfum anisé.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Actuellement, il n'y a pas de normalisation réglementaire des calibres et des catégories.

Choisir les bulbes de calibre homogène, bien blancs et très serrés. Préférer les petites pommes aux feuilles jeunes et tendres, éviter les bulbes volumineux qui sont souvent ligneux.

Refuser les bulbes étiolés ou montés, aux pétioles desséchés et filandreux, les bulbes jaunâtres aux feuilles vertes et fanées. Vérifier la coupe : elle doit être fraîche et non liquéfiée.

Stocker les bulbes en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C, recouverts d'un linge humide, et les isoler dans un conditionnement étanche, car le fenouil a tendance à communiquer son parfum aux produits voisins.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



• Rafraîchir la coupe ou araser le talon.



• Dégager le ou les premiers pétioles renflés dans le cas où ils sont ligneux, jaunâtres ou flétris.



• Raccourcir les tiges verdâtres et ôter les feuilles (elles peuvent être séchées pour aromatiser la cuisson des poissons).



• Laver soigneusement les bulbes, puis les éponger délicatement.

DIFFÉRENTES TAILLES

FENOUIL ÉMINCÉ



• Partager le bulbe en deux ou en trois (selon sa grosseur), et l'émincer régulièrement.

UTILISATIONS

- *Hors-d'œuvre, salades composées.*
- *Fenouil étuvé au beurre.*
- *Fondue de fenouil, beurre et crème de fenouil.*

FENOUIL DÉTAILLÉ EN DEMIS OU EN QUARTIERS



• Bulbes de fenouil partagés en quartiers pour être traités à la grecque.
• Bulbes partagés en deux parties pour être braisés.



Fenouil meunière

LES FINES HERBES (PERSIL, CIBOULETTE, CERFEUIL, ESTRAGON)



Les plantes aromatiques utilisées crues pour parfumer ou décorer un mets doivent être d'une fraîcheur rigoureuse.

Elles doivent être soigneusement triées, lavées, égouttées, ciselées, concassées ou hachées, selon leur nature, toujours au dernier moment, juste avant leur emploi. Leurs arômes étant très volatiles et sensibles à la chaleur, les herbes aromatiques ne doivent en aucun cas être hachées ou ciselées à l'avance, ni conservées pour un service ultérieur.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Faire effectuer des livraisons fréquentes (tous les deux jours, par exemple).

Contrôler les bottes une à une, les ouvrir, les sentir et goûter : le parfum doit être franc, délicat et caractéristique.

Vérifier l'aspect de la plante : la couleur doit être verte et uniforme, la coupe doit être récente, nette, sans liquéfaction jaunâtre ou noirâtre.

Vérifier la tenue de la plante : les tiges et les feuilles doivent être rigides, fragiles et cassantes.

Refuser impérativement les plantes aromatiques souples, molles, aux feuilles jaunies ou flétries, les plantes trop humides ou conservées dans de l'eau. Elles ont généralement perdu tous leurs arômes, et sentent souvent le foin fermenté...

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

PERSIL EN BRANCHES



- Laver soigneusement le persil dans plusieurs eaux, puis l'égoutter, de préférence sur du papier absorbant.



- Détacher les feuilles (branches) des tiges avec les doigts.
- Réserver les tiges pour la réalisation de bouquets garnis.
- Le persil en branches est principalement destiné à être haché, à être servi en l'état comme élément de décor. Il peut être également frit.

PERSIL HACHÉ



• Essorer le persil en branches dans un torchon, en le serrant fortement pour en extraire le maximum d'eau.



• Concasser le persil ; maintenir l'intégralité du persil dans la main, et le ciseler progressivement.



• Hacher le persil finement à l'aide d'un grand couteau éminceur. Maintenir la pointe du couteau au centre de la planche avec la main posée bien à plat. Travailler de haut en bas avec le talon, et rassembler de temps en temps le persil dispersé.
  Attention ! Ne pas racler la planche avec le tranchant de la lame.
• Débarrasser le persil haché dans un petit récipient en acier inoxydable, le recouvrir d'un film en plastique alimentaire.



1) Bouquet de persil en branches pour décor.
2) Persil en branches pour hacher, décorer et frire.
3) Tiges de persil pour bouquets garnis et garnitures aromatiques.
4) Persil haché pour saupoudrer les plats, pour beurres composés (Maître d'hôtel), pour pommes persillées, sauces vertes, Bercy, omelettes aux fines herbes, etc.

REMARQUE

Certains professionnels préfèrent essorer le persil lorsqu'il est haché ; cette technique permet une meilleure conservation en limitant les risques de fermentation. Elle évite aussi au persil de coller sur les doigts, et elle permet de le saupoudrer plus aisément. En revanche, elle lui fait malheureusement perdre tout son parfum et ses qualités nutritionnelles…

SUITE

CIBOULETTE CISELÉE



• Trier et laver soigneusement la ciboulette.



• L'égoutter sur du papier absorbant, et contrôler à nouveau chaque brin.



• Parer les extrémités du bottillon. La base est souvent ferme.



• Ciseler finement tous les 2 ou 3 mm (selon l'utilisation)

UTILISATIONS

Elément des fines herbes, salades composées, beurre fondu à la ciboulette, crème de ciboulette, etc.

CERFEUIL EN PLUCHES ET HACHÉ



• Laver soigneusement le cerfeuil, et vérifier chaque branche.



• L'égoutter sur du papier absorbant.
• Dégager une à une les feuilles des tiges. Les grosses pluches composées de trois feuilles sont destinées aux décors.
• Les réserver dans une petite calotte avec de l'eau.



- Dégager une à une les feuilles des tiges (trifolier). Les petites pluches composées d'une seule feuille sont destinées à la garniture des potages.
- Les réserver dans une petite calotte avec de l'eau.



- Hacher le cerfeuil (méthode identique au persil haché).

UTILISATIONS

Elément des fines herbes, salades composées, beurre fondu au cerfeuil, crème de cerfeuil, sauce béarnaise, chasseur, etc.

ESTRAGON EN FEUILLES ET HACHÉ



- Trier et laver soigneusement l'estragon.



- L'effeuiller délicatement.
- Réserver les feuilles destinées à servir comme élément de décoration dans une petite calotte avec de l'eau.



- Concasser les feuilles d'estragon.



- Hacher l'estragon concassé, puis l'utiliser immédiatement.

UTILISATIONS

- *Elément des fines herbes, sauces béarnaise, américaine, chasseur, noisettes d'agneau, coquelet à l'estragon, etc.*

LES HARICOTS

Le haricot est une plante herbacée de la famille des légumineuses papilionacées qui comprend de nombreuses variétés cultivées soit pour leurs fruits (gousses), soit pour leurs graines comestibles.

Les fruits verts des haricots cueillis avant maturité, en très fins filets, sont consommés sous l'appellation «haricots verts».

Les gousses de certaines variétés de haricots récoltées à différents stades de maturité (après l'apparition des grains), et ne présentant ni fil, ni parchemin, sont consommées sous l'appellation «haricots mange-tout» : mange-tout jaunes ou beurre, mange-tout verts et violets. Ces variétés sont le plus souvent réservées à la consommation familiale et à la restauration sociale.

Les haricots à écosser dont les grains sont arrivés à maturité sont consommés en grains frais ou secs : cocos, lingots, soissons, tarbais, flageolets chevriers et princesses verts.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

HARICOTS VERTS ET HARICOTS MANGE-TOUT

Choisir les haricots de cueillette récente, d'aspect très frais, à très longs filets (14 à 16 cm minimum), droits et fins, fermes et cassants, sans fil ni parchemin, tendres et d'excellente qualité gustative.

La fraîcheur des haricots verts se reconnaît à la couleur du calice qui doit être bien vert, à l'absence de taches noirâtres sur le filet et à l'extrémité du style qui ne doit pas être jauni ni desséché, mais bien vert et cassant.

HARICOTS ÉGRENÉS FRAIS ET SECS

Choisir les grains de calibre régulier, bien formés, charnus, tendres, lisses, luisants et sans taches.

Ils doivent être exempts de grains impropres à la consommation et dépourvus de souillures ou d'impuretés diverses (parasites, charançons, moisissures ou autres altérations). L'odeur doit être fraîche, douce, caractéristique et non poussiéreuse.

Les haricots verts peuvent être stockés durant 48 heures au maximum en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C.

Les légumes secs sont conservés durant quelques mois dans leur emballage d'origine hermétiquement fermé, à l'abri de l'humidité, de la poussière, des insectes et des rongeurs.

LES HARICOTS VERTS



PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



• Effiler les haricots verts en cassant les deux extrémités et en tirant légèrement pour entraîner les fils éventuels (rares dans les variétés actuelles).



• Commencer de préférence par l'extrémité côté «calice» car s'il y a un fil, il sera plus facilement entraîné.
• S'ils sont trop longs, casser les haricots verts en deux.



- Les laver soigneusement dans plusieurs eaux, puis les égoutter. Ne pas les laisser tremper.
- Les marquer en cuisson immédiatement.



UTILISATIONS

- *Haricots verts au beurre, à la crème, au gratin.*
- *Composition de la macédoine, de la jardinière, de la bouquetière de légumes, etc.*
- *Haricots panachés (en mélange avec des haricots secs verts), etc.*

DIFFÉRENTES TAILLES

EN DÉS



- Superposer les haricots de même grosseur en «petits paquets», les détailler en dés de 2 à 3 mm de longueur pour une brunoise, et de 4 à 5 mm pour une macédoine de légumes.

UTILISATIONS

- *Garniture de potages taillés, purées de légumes frais et secs, consommés.*
- *Macédoine de légumes.*
- *Salades composées.*

EN LOSANGES



- Maintenir les haricots en «petits paquets» et les détailler en biseau à l'aide d'un couteau éminceur ou à filets de sole.

UTILISATIONS

- *Haricots verts à la crème, au gratin, à la française.*
- *Garniture de potages.*
- *Salades composées.*

SUITE

LES HARICOTS À ÉGRENER



PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



• Ecosser les haricots comme les fèves et les petits pois.



• Appuyer fortement avec le pouce sur la partie supérieure de la gousse (côté opposé au calice). Les deux valves de la gousse s'écartent, puis racler la gousse avec le pouce pour bien dégager les graines.



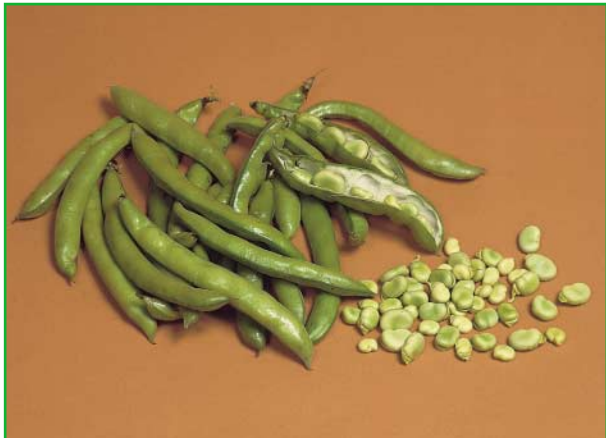
• Laver soigneusement les haricots dans plusieurs eaux.
• Eliminer les grains tachés ou mal formés qui remontent à la surface.



UTILISATIONS

• *Haricots au beurre, aux fines herbes, à la crème, à la tomate, au jus, à la lyonnaise, à la bretonne, panachés, etc.*
• *Potages soissonnais, Musard, Condé, et dérivés.*
• *Salades composées.*
• *Purées, subrics, flans divers.*

LES FÈVES FRAÎCHES



PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



• Ecosser les fèves juste au moment de les marquer en cuisson.



• Les dérober (ôter la peau ou tégument) immédiatement, ou après un blanchiment de quelques secondes dans de l'eau bouillante (sauf dans le cas de la préparation des fèves à l'anglaise).

UTILISATIONS

- *Fèves au beurre, à la crème, à la sarriette, à la française.*
- *Potages, purées.*
- *Garniture d'accompagnement pour agneau et mouton.*

REMARQUE

- *1 kg de fèves donne environ 0,300 kg de fèves écossées et dérobées.*

LES MARRONS (OU CHÂTAIGNES)



Châtaigne ou marron ? En termes culinaires, la châtaigne se nomme «marron». En fait, quelle que soit son appellation, il s'agit du fruit comestible du châtaignier greffé et cultivé (castanea sativa) et non du fruit du marronnier d'Inde ornemental (aesculus hippocastanum).

La capsule, épaisse, globuleuse et épineuse (la bogue), éclate à maturité : elle libère un seul gros fruit dans le cas du marronnier, et 2 à 5 séparés par une cloison dans le cas du châtaignier.

Cet arbre des régions pauvres, aux terres ingrates est principalement cultivé en Corse, Ardèche et Limousin. Toutefois, la production française ne répond pas à la demande des confiseurs, et chaque année il faut faire appel à l'importation.

Les marrons sont la garniture traditionnelle de l'oie et de la dinde de Noël. Ils sont généralement braisés dans un fond blanc de volaille ou dans du lait parfumé au céleri pour la réalisation de la purée. Les marrons braisés accompagnent également les préparations à base de volaille, de porc, de gibier et de choux.

Les boulangers ardéchois ont remis au goût du jour un pain à la farine de châtaigne, dont le goût rappelle, en plus doux, la saveur du pain bis.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Les acheter de préférence en début de saison (fin octobre/début novembre, selon les années).

Les choisir de calibre homogène, gros, lourds et brillants. La peau doit être saine, sans trace de parasites (vers), ni de moisissure.

Les conserver dans un local sec et aéré sans les entasser (sur une seule couche, afin de limiter les risques d'échauffement), dans l'obscurité, à l'abri de la poussière, des insectes et des rongeurs.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



- Inciser le côté bombé de l'écorce à l'aide de la pointe d'un couteau d'office.
- Les passer quelques minutes dans un four très chaud et par petites quantités, ou les plonger dans de l'eau bouillante.



- Oter immédiatement l'écorce et la pellicule intérieure (les marrons ne doivent pas refroidir).

LES NAVETS (NAVETS NOUVEAUX AVEC FANES, NAVETS DE CONSERVATION)



• navets nouveaux avec fanes
• navet jaune boule d'or
• navet rond à collet violet
• chou navet rutabaga
• navet blanc long.

Les navets sont des racines potagères disponibles tout au long de l'année. Selon les variétés, les navets se prêtent à de multiples préparations.

Les navets nouveaux à saveur douce et peu prononcée sont le plus souvent utilisés seuls en garniture (caneton aux navets).

Les navets de conservation au goût plus fort doivent être blanchis. Ils entrent dans la composition de nombreuses préparations à base de légumes mélangés (macédoine, jardinière, bouquetière, potage, etc.).

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Actuellement, il n'y a pas de normalisation concernant les calibres : les navets sont commercialisés au kilogramme lorsqu'ils sont de conservation, et à la botte lorsque ce sont des navets nouveaux.

LES NAVETS NOUVEAUX AVEC FANES

Choisir les bottes présentant les navets les plus réguliers, propres, fermes, à peau fine et lisse. La coloration doit être très claire, d'un blanc crème brillant, le collet doit être très légèrement rosé ou à peine violet.

Les fanes doivent être particulièrement fraîches, vertes, droites, craquantes, sans feuilles jaunies ni flétries.

LES NAVETS DE CONSERVATION

• Les navets blancs longs

Les choisir bien fermes, réguliers, à peau fine, lisse, sans radicelles, et très propres. La coupe du collet doit être fraîche, sans traces noirâtres, ni liquéfaction.

• Les navets ronds à collet violet

Les choisir réguliers, bien ronds, lisses, propres, fermes. La peau est très épaisse, mais elle ne doit pas laisser apparaître de parties filandreuses, ni ligneuses.

Refuser impérativement les navets sales, ternes, à peau épaisse et flétrie, très colorés, creux, spongieux, véreux, présentant des excroissances, des crevasses, des taches noirâtres, et des traces de pourriture au niveau de la coupe du collet.

Conserver les navets dans les mêmes conditions que les carottes, en enceinte frigorifique de + 10 °C à 12 °C maximum.

Un séjour trop long en enceinte réfrigérée les dessèche, les rend ligneux, et accentue leur goût fort.

REMARQUE
Le chou navet rutabaga est une racine fourragère voisine du navet. Il est le plus souvent réservé à l'alimentation animale.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



Eplucher

• Couper les deux extrémités du navet, le peler sur la longueur à l'aide d'un couteau d'office.
• Oter toutes les parties ligneuses et filandreuses.
• Ne pas trop creuser les parties verdâtres du collet car elles seront retirées lors du parage.



Laver

• Laver soigneusement les navets dans plusieurs eaux.
• Ne pas les laisser tremper, les égoutter immédiatement et les réserver à couvert en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C maximum.

SUITE

DIFFÉRENTES TAILLES

TAILLER EN JULIENNE



• Parer très légèrement les navets à l'aide d'un couteau éminceur. La longueur des navets parés ne doit pas dépasser 5 à 6 cm.



• Les émincer finement à l'aide d'une mandoline.



• Superposer régulièrement les tranches ainsi obtenues en petits paquets.
• A l'aide d'un couteau éminceur, les émincer finement dans le sens de la longueur en très fins filaments.



Résultat.

UTILISATIONS

Garniture des potages, consommés, sauces, etc.

TAILLER EN BÂTONNETS

• Jardinière de légumes



• Parer très légèrement les navets. Leur donner la forme d'un parallélépipède rectangle de 3,5 à 4 cm de hauteur.



• Placer le navet paré bien à plat et le tailler en tranches régulières de 3,5 à 4 mm d'épaisseur. Une mandoline peut aussi être utilisée.



• Superposer les tranches et les tailler en bâtonnets réguliers de 3,5 à 4 mm d'épaisseur.



Résultat.

UTILISATIONS

Jardinière de légumes.

• Garniture fleuriste

Les différentes phases de la technique proposée pour la jardinière de légumes sont identiques, seules les dimensions diffèrent.



• Tailler les navets de la forme d'un parallélépipède rectangle de 2 cm de hauteur, puis en tranches régulières de 2 mm d'épaisseur. Superposer les tranches et tailler des bâtonnets ayant une section carrée de 2 mm.

REMARQUE

La garniture Porte Maillot correspond à une grosse jardinière de légumes dressée en bouquet.

TAILLER EN DÉS (MACÉDOINE, BRUNOISE)

Les premières phases de la technique proposée pour la jardinière de légumes sont identiques à celles de la taille de la macédoine.

Macédoine



• Parer très légèrement les navets à l'aide d'un couteau éminceur (cette phase est facultative).



• Placer le navet bien à plat, et le tailler en tranches régulières d'environ 4 mm d'épaisseur. Une mandoline peut aussi être utilisée.



• Superposer les tranches et les tailler en bâtonnets réguliers de 4 mm de largeur.

SUITE

REMARQUE

Les dimensions de la macédoine peuvent varier légèrement selon son utilisation :

- *3 mm maximum de section carrée pour une macédoine destinée à garnir de petites tomates ou des barquettes accompagnant un poisson froid, par exemple,*
- *5 mm de section carrée en restauration collective.*



• Superposer les bâtonnets bien rangés en petits paquets, et les tailler en cubes réguliers de 4 mm de section carrée.



Résultat.

UTILISATIONS

Macédoine de légumes.

Brunoise



• Tailler avec beaucoup de précision des petits cubes très réguliers de 2 mm de section carrée.

UTILISATIONS

Garniture de potages et consommés.

ÉMINCER EN PAYSANNE



• Parer très légèrement le navet (facultatif), puis le tailler en tranches régulières d'1 cm d'épaisseur maximum.
• Tailler les tranches en bâtonnets réguliers d'1 cm de largeur maximum.



• Réunir quelques bâtonnets et les émincer finement en lamelles ayant au maximum 1 mm d'épaisseur.



Résultat.

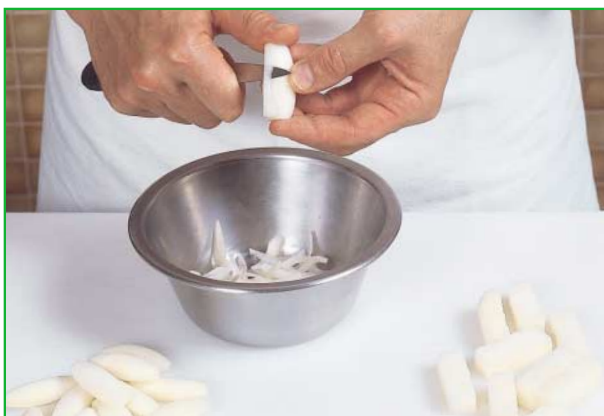
UTILISATIONS

Potages taillés.

NAVETS TOURNÉS



• Parer très légèrement les navets.



• Les tailler en tranches régulières d'1 cm à 1,5 cm d'épaisseur (selon l'utilisation).
• Tailler les tranches en bâtonnets réguliers d'1 cm à 1,5 cm d'épaisseur.
Se rapprocher le plus près possible du modèle terminé, ceci afin de limiter la quantité de parures.



• Tourner les navets.
• Donner une forme régulière arrondie, oblongue, à l'aide d'un petit couteau d'office.

REMARQUE

Les dimensions des navets tournés diffèrent selon leur utilisation :

- *2 cm à 2,5 cm de longueur pour une petite garniture aux primeurs,*
- *3 à 4 cm pour une garniture aux primeurs mélangés,*
- *4 à 5 cm pour une bouquetière de légumes,*
- *5 à 6 cm et plus bombés pour la garniture du pot-au-feu et de la poule au pot.*



Résultat.

UTILISATIONS

- *Fricassée de volaille aux primeurs.*
- *Blanquette de dinde aux primeurs.*
- *Navarin printanier.*
- *Carré d'agneau aux primeurs.*
- *Bouquetière de légumes.*
- *Timbale de primeurs.*

LES OIGNONS



Plantes potagères à bulbes comestibles de la famille des liliacées, les oignons font partie des légumes les plus vieux et les plus consommés à travers le monde.

Déjà très appréciés par les Egyptiens, les oignons constituaient la base de la nourriture des constructeurs de pyramides. Les Grecs, les Romains et nos ancêtres les Gaulois eux aussi en abusaient dans leurs mets quotidiens.

Actuellement, la production française d'oignons assurée par le Nord de la France, la Bretagne, l'Hérault et la Côte d'Or, est bien insuffisante pour couvrir nos besoins. Elle est complétée par des importations d'Espagne, d'Italie et de Hollande.

Plusieurs variétés d'oignons sont utilisées, principalement en fonction de l'époque de l'année :

- les petits oignons blancs de printemps, vendus généralement à la botte et avec les fanes,
- les cives ou ciboules, ou «oignons pays»,
- les oignons secs ou de garde, disponibles toute l'année (jaune paille des Vertus, de Mulhouse, d'Espagne, rouge brun foncé de Brunswick, rouge pâle de Niort, rouge carmin de Florence),
- et les petits oignons secs ou grelots.

Les jeunes pousses des oignons peuvent aussi être utilisées en remplacement des cives ou de la ciboulette.

Les oignons renferment des composés sulfurés (sulfures d'allyle) âcres et irritants pour les muqueuses, provoquant le larmoiement. Il est donc conseillé d'éplucher les petits oignons seulement après les avoir plongés durant quelques minutes dans de l'eau tiède ou après les avoir passés durant quelques secondes dans un cuiseur à vapeur.

Les oignons crus sont souvent indigestes : pour remédier à cet inconvénient, il est possible de les blanchir quelques secondes dans de l'eau bouillante, en veillant à les rafraîchir immédiatement dans de l'eau glacée.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Les calibres des oignons correspondent au diamètre en millimètres du bulbe. La réglementation définit, par exemple le 40/60 mm, les 50/70 mm et les 60/80 mm. Les catégories I - II et III sont également définies de façon réglementaire.

Le conditionnement se fait à la botte pour les petits oignons blancs de printemps et pour les oignons pays (ciboule), et en filets de 10 ou 25 kg pour les gros oignons secs ou de garde.

Choisir les oignons bien secs, brillants, très fermes et bien dépaillés. Les choisir avec une belle conformation et de calibre très régulier.

Refuser impérativement les oignons ramollis, dégageant une odeur sulfurée ou trop forte, les oignons tachetés, mats ou germés...

Il est recommandé de stocker les oignons de garde sous faible épaisseur, dans un casier placé dans un local sec, bien aéré, à l'abri de la lumière, des insectes et des rongeurs.

Il faut limiter leur durée de conservation, principalement au printemps durant la période de germination, et ne jamais les réserver en enceinte réfrigérée.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

ÉPLUCHER ET LAVER DES OIGNONS

Oignons secs ou de garde



- Araser les deux extrémités de l'oignon (côté racine et côté tige).
- Oter les différentes pellicules de peau, sans entamer la pulpe.



- Laver soigneusement les oignons dans plusieurs eaux en les retirant de la calotte à la main.

ÉMINCER DES OIGNONS



• Partager l'oignon en deux, dans le sens de la verticale, à l'aide d'un couteau éminceur.



• Le placer bien à plat sur la planche à découper, puis ôter le talon en le coupant légèrement en biais (côté racine).Cette partie très dure retient l'ensemble des différentes couches superposées de l'oignon.



• S'il est trop gros, partager l'oignon en deux, dans le sens transversal.



• L'émincer très finement à l'aide d'un couteau éminceur. La structure de l'oignon présente de petites lignes en relief. Aussi, pour ne pas se tromper de sens, après avoir ôté le talon, l'émincer en suivant le sens de ces lignes.



UTILISATIONS

- *Garniture aromatique des fumets.*
- *Rentre dans la composition de la Matignon.*
- *Sauce Soubise.*
- *Soupe à l'oignon.*
- *Pommes sautées, entrecôtes, foies de veau lyonnaise, etc.*

CISELER DES OIGNONS



• Partager l'oignon en deux dans le sens de la verticale, à l'aide d'un couteau à filets de sole ou éminceur.



- Placer l'oignon bien à plat sur la planche à découper, le côté où se trouvait la tige placé vers soi.
- Emincer régulièrement et finement le demi-oignon à l'aide de la pointe du couteau, mais sans aller jusqu'au talon (le talon permet de maintenir les différentes couches de l'oignon).



- Tourner l'oignon d'un quart de tour, puis le maintenir à l'aide des doigts repliés posés à la verticale (la partie émincée doit se trouver du côté du tranchant du couteau).
- L'émincer à nouveau horizontalement en partant du bas et sans aller jusqu'au talon.



- Bien le maintenir avec les doigts, le garder dans la même position et l'émincer dans le sens vertical, finement et régulièrement.
  Il peut arriver que les oignons ainsi ciselés noircissent : dans ce cas, les rincer à l'eau froide dans un chinois, puis les éponger soigneusement.



UTILISATIONS

- *Garniture aromatique (Mirepoix, bordelaise).*
- *Condiment âcre à saveur alliacée pour farces diverses, Duxelles, fondue de tomates, salades de tomates, crudités, salades composées.*

TAILLER DES OIGNONS EN BRACELETS



- Choisir des oignons parfaitement ronds.
- Les maintenir sur la planche à découper, bien placés sur le côté, la partie talon dirigée vers le centre de la main.
- Tailler des tranches d'épaisseur très régulière (2 à 3 mm d'épaisseur), à l'aide d'un couteau émninceur ou à filets de sole.
- Détacher les uns des autres les anneaux ou «bracelets».
- Réserver la partie centrale pour une autre utilisation. (Les oignons peuvent être découpés régulièrement en bracelets à l'aide du trancheur universel).



UTILISATIONS

- *Elément de décor.*
- *Garniture aromatique de courts-bouillons.*
- *Oignons frits.*
- *Fritots d'oignons.*

PETITS OIGNONS SECS



- Plonger les petits oignons durant quelques minutes dans de l'eau tiède.
- Araser le côté talon (racine) à l'aide d'un couteau d'office, puis couper la partie tige à quelques millimètres au-dessus de l'oignon, de manière à ce qu'il reste bien fermé et entier après la cuisson.
- Oter soigneusement les différentes pellicules de peau, sans entamer la pulpe.

PETITS OIGNONS BLANCS DE PRINTEMPS



- Araser le talon (côté racine) à l'aide d'un couteau d'office.



- Couper la tige en laissant quelques millimètres de vert pour maintenir le petit oignon fermé, et pour éviter qu'il ne se défasse à la cuisson.



- Laver soigneusement les petits oignons dans plusieurs eaux, en les retirant de la calotte à la main.

SUITE

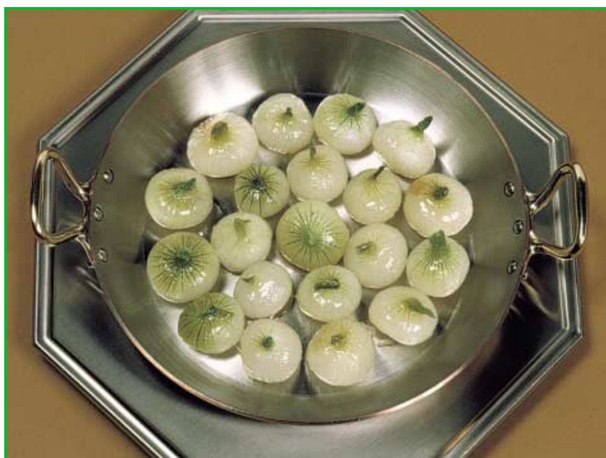


UTILISATIONS

- *Petits oignons à la grecque.*
- *Petits oignons confits.*
- *Petits oignons glacés à blanc (petite garniture de la blanquette, des fricassées...).*
- *Petits oignons glacés à brun (petite garniture du navarin, bourguignonne...).*

Après tous les travaux de taillage ou de ciselage des oignons, il est indispensable de laver soigneusement tout le matériel utilisé, notamment les couteaux.

Il est préférable de ciseler les oignons au moment de l'utilisation. Néanmoins, s'ils sont réalisés en mise en place, les réserver dans une boîte parfaitement étanche aux odeurs, et les stocker en enceinte réfrigérée.



Petits oignons glacés à blanc

LES POIREAUX



Le poireau est une plante potagère de la famille des liliacées dont le bulbe (fût) et la partie la plus tendre des feuilles sont utilisés en cuisine, après cuisson (réalisation de nombreux potages, hors-d'œuvre froids, élément de garniture aromatique, bouquet garni, etc.).

Le poireau est disponible tout au long de l'année, mais la période optimale d'achat se situe d'octobre à mars.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Actuellement, il n'y a pas de normalisation seules des catégories sont définies par la réglementation. Exemple :

- «catégorie I» signifie grosseur homogène des poireaux dans la caisse.

Choisir les poireaux présentant un aspect très frais, avec un feuillage simple, d'un vert bleu soutenu, ou fraîchement et nettement raccourci. Le bulbe (fût) doit être très long, blanc, tendre, et contraster avec le feuillage (un tiers de blanc, deux tiers de vert tendre, minimum).

Refuser impérativement les poireaux dont le feuillage est mou, cassé, jauni et desséché, les gros poireaux dont les premières couches de peau sont épaisses, dures et filandreuses, les poireaux «montés» et ligneux...

Entreposer les poireaux en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C maximum.



• Couper le chevelu racinaire au ras du bulbe, à l'aide d'un couteau d'office.



• Raccourcir l'extrémité des feuilles : ne conserver qu'un tiers de vert pour deux tiers de blanc.



• Pratiquer une légère incision sur toute la longueur du poireau, et dégager la première feuille (éventuellement la seconde, si elle est trop ligneuse, ou si le poireau est légèrement flétri).



• Fendre la partie verte du poireau en quatre, en le maintenant par la partie blanche, et en dirigeant la pointe du couteau d'office vers le bas.



• Laver soigneusement les poireaux dans plusieurs eaux et sous le robinet, en écartant les feuilles pour en éliminer plus facilement la terre, le sable, les vers ou les insectes.



• Parer les poireaux à la même longueur.
• Réserver les parties les plus vertes pour les potages verts ou pour la clarification des consommés et des gelées.

SUITE

DIFFÉRENTES TAILLES

POIREAUX ÉMINCÉS EN PAYSANNE



• Partager le poireau en deux ou en quatre (selon son diamètre) dans le sens de la longueur.



• L'émincer finement à l'aide d'un couteau éminceur.



UTILISATIONS

- *Potages taillés, purées de légumes frais, crèmes et veloutés.*
- *Garniture aromatique, etc.*

POIREAUX ÉMINCÉS EN JULIENNE



• Tailler les blancs de poireaux en tronçons de 5 à 6 cm de longueur.



• Ouvrir les tronçons jusqu'au centre sur la longueur.



• Aplatir les tronçons ainsi ouverts et maintenir les couches bien superposées.



• Les émincer finement en julienne dans le sens de la longueur à l'aide d'un couteau éminceur.



UTILISATIONS

• *Garniture de potages (crèmes et veloutés), de consommés, de sauces poisson.*
• *Garniture de la bouillabaisse, etc.*

POIREAUX EN BOTTES



• Réunir les poireaux en bottes régulières (ne choisir que des poireaux de même calibre).
• Les ficeler comme les asperges.
• Parer l'extrémité des feuilles, pour donner aux bottes la même longueur.



• Les poireaux en bottes sont généralement cuits à l'anglaise, à la vapeur ou sous vide, après blanchiment.

UTILISATIONS

• *Poireaux vinaigrette.*
• *Poireaux à la crème, au gratin, au beurre fondu, sauce hollandaise, en fritots, etc.*

REMARQUE
Les poireaux détaillés en tronçons peuvent être traités à la grecque.

LES POIS



Le pois est une plante grimpante de la famille des légumineuses papilionacées dont on cultive certaines variétés pour leurs fruits (gousses) ou pour leurs graines (petits pois).

Les gousses entières ou «cosses» de certaines variétés, cueillies avant leur complet développement, et avant la maturité des graines, sont consommées sous l'appellation «pois mange-tout» ou «pois gourmands».

Les pois à écosser ou petits pois, dont seules les graines sont consommées, peuvent être traités à l'état frais ou déshydratés. En fonction de la variété considérée, la peau (tégument) des petits pois peut être lisse ou ridée.

Après déshydratation, séparation des deux cotylédons de la graine, et polissage, certaines variétés de petits pois sont présentées sous l'appellation «pois cassés». Il sont principalement utilisés pour la réalisation des potages et des purées.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

POIS GOURMANDS

Les choisir à peine formés, à cosse vert clair, très fine, tendre, laissant apercevoir les jeunes graines en formation.

Lorsque les pois gourmands sont fraîchement cueillis, il n'est pas rare de trouver des traces de pétales au niveau de la corolle.

POIS À ÉCOSSER

Choisir les gousses longues, larges, bien formées, bien bombées, laissant deviner 6 à 8 petits pois au minimum. Les gousses doivent présenter un aspect très frais : les deux valves doivent notamment s'écarter facilement sous la pression du doigt.

Les petits pois doivent être de calibre régulier, de couleur vert clair, très tendres et moelleux, très parfumés, légèrement sucrés.

Refuser impérativement les pois aux gousses parcheminées, flétries et molles, les petits pois dont le tégument est desséché et dur, tout comme les petits pois farineux et mucilagineux.

Conserver les petits pois en gousses 48 heures au maximum en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

POIS GOURMANDS



- Ebouter les deux extrémités des cosses en tirant légèrement pour les effiler (si nécessaire).



- Les laver soigneusement dans plusieurs eaux, sans les laisser tremper, puis les égoutter.
- Les cuire à l'anglaise à la commande.

POIS À ÉCOSSER



• Ecosser les petits pois en appuyant fortement sur l'extrémité supérieure de la cosse avec le pouce (côté style). L'écossage des petits pois doit être réalisé juste avant de les marquer en cuisson.



• Les deux valves de la gousse s'écartent.
• Racler la gousse avec le pouce pour bien dégager les petits pois.

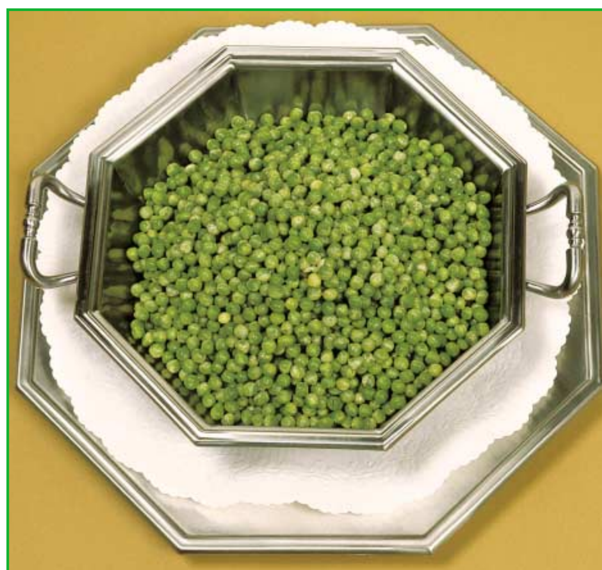


UTILISATIONS

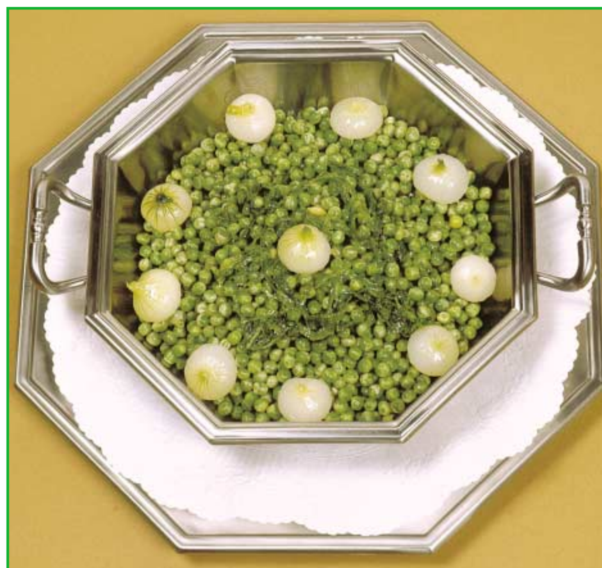
- *Petits pois à l'anglaise, à la française, fermière, paysanne, au lard, etc.*
- *Potages, purée Clamart…*
- *Les petits pois rentrent dans la composition de nombreuses garnitures de légumes et salades composées (jardinière, bouquetière, macédoine de légumes, etc.).*

REMARQUE

- *1 kg de petits pois donne environ 0,400 kg à 0,450 kg de petits pois écossés, soit 3 à 4 portions.*



Petits pois à l'anglaise



Petits pois à la française

LES POIVRONS OU PIMENTS DOUX



Les poivrons sont les fruits de diverses plantes potagères de la famille des solanacées. Les différentes espèces cultivées se différencient par leur forme, leur taille et leur «piquant».

Les fruits mûrs, séchés et moulus des poivrons rouges fournissent les différentes poudres de paprika.

Les variétés pulpeuses sont généralement utilisées en cuisine selon leur couleur. D'abord verts, les poivrons rougissent, jaunissent, puis deviennent violet/noir à maturité.

Ils entrent le plus souvent dans la composition de nombreuses préparations méditerranéennes, basques, espagnoles et portugaises, où ils sont généralement associés aux oignons et aux tomates (hors-d'œuvre, salades composées, poivrons farcis, fritots, composition de la garniture basquaise, portugaise, ratatouille de légumes, sauces, coulis, mousses, etc.).

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Les calibres correspondent au diamètre minimal en millimètres pris à l'épaule du poivron (partie la plus large du fruit mesurée du côté du calice et du pédoncule).

Les catégories EXTRA, I et II sont également définies par la réglementation.

L'unité de facturation est le kilogramme, et la meilleure période d'achat se situe entre le mois de juin et les premières gelées d'automne.

Choisir de préférence les poivrons de catégorie EXTRA ou I, de couleur verte, rouge ou jaune, selon leur utilisation.

Les choisir très fermes, de forme régulière, avec une peau lisse, fine, luisante et sans taches. Le pédoncule doit être bien frais et de coupe récente.

Refuser impérativement les poivrons mous, desséchés, à peau plissée et tachée, les poivrons au pédoncule sec, brun ou liquéfié.

Les stocker durant quelques jours en enceinte réfrigérée de + 10 °C à + 12 °C, en évitant les manipulations brusques et les chocs thermiques.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



- Laver soigneusement les poivrons, en les retirant de la calotte à la main.
- Les éponger ou les essuyer à l'aide de papier absorbant.
- Les laisser sécher.

MONDER DES POIVRONS

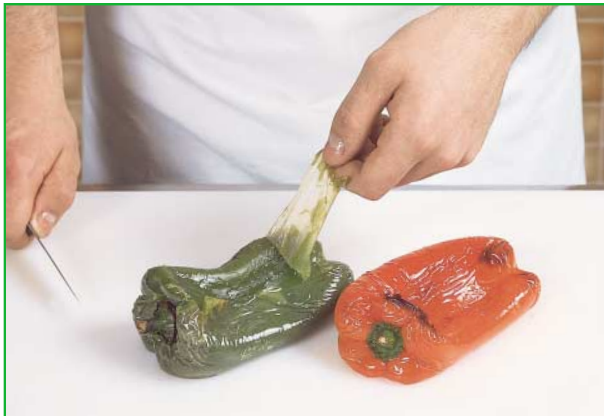
Selon l'utilisation des poivrons, plusieurs techniques peuvent être adoptées :

1ère solution :
Les poivrons sont utilisés crus (*crudités, salades composées, éléments de décor*).



- Peler les poivrons à l'aide d'un économe donnant des pelures très fines.

2ème solution :
Les poivrons sont utilisés cuits (*garniture basquaise, espagnole*...).



• Passer les poivrons dans un four très chaud à 250 °C durant quelques minutes. Envelopper les poivrons immédiatement dans un sac hermétique pour aliments, puis peler avant refroidissement.

ou

• Plonger les poivrons dans un bain de friture à 180 °C durant quelques secondes. Les peler brûlants lorsque l'épiderme forme de petites alvéoles.



• Oter le pédoncule des poivrons, ainsi que toutes les petites graines.

TAILLER DES POIVRONS EN BRACELETS



• Peler les poivrons à l'économe (facultatif).
• Les découper en tranches minces et régulières à l'aide d'un couteau à filets de sole (*éléments de présentation*).

TAILLER DES POIVRONS EN JULIENNE OU EN BÂTONNETS (émincer)



• Monder les poivrons, ôter le pédoncule, les graines, les partager en 3 ou en 4 dans le sens de la longueur. Oter les parties blanchâtres plus épaisses.
• Suivant l'utilisation prévue, émincer les poivrons finement ou les couper en bâtonnets plus épais *(garniture espagnole, basquaise).*

TAILLER DES POIVRONS EN BRUNOISE (dés).



• Monder les poivrons, ôter le pédoncule et les graines.
• Les partager en 3 ou 4 dans le sens de la longueur.
• Oter les parties blanchâtres plus épaisses.
• Détailler des bâtonnets réguliers de 4 à 5 mm de largeur.
• Superposer les bâtonnets et les détailler en petits dés réguliers de 4 à 5 mm de section *(salades composées, petite ratatouille, éléments de présentation).*

LES POMMES DE TERRE



Racine tubercule d'une plante originaire d'Amérique, la pomme de terre a été introduite en France comme plante ornementale vers le milieu du XVIème siècle. Réhabilitée par Parmentier à la fin du XVIIIème et au début du XIXème siècle, la pomme de terre est devenue le légume de base de notre alimentation.

Il existe de nombreuses variétés de pommes de terre disponibles tout au long de l'année. Elles sont de deux types différents :

- **les pommes de terre de consommation à chair ferme** (BF 15, Belle de Fontenay, Roseval, Rosa, Ratte...) qui tiennent bien à la cuisson, notamment entières avec ou sans peau (pommes en robe des champs, pommes vapeur, à l'anglaise...),
- **les pommes de terre de consommation** (Bintje, Mona Lisa) moins résistantes à la cuisson que les précédentes, sont utilisées pour les potages, les purées, et toutes les pommes de terre traitées en friture profonde.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

La réglementation définit actuellement les deux «catégories» suivantes :

- **les pommes de terre nouvelles ou primeurs,**
- **les pommes de terre de conservation.**

LES POMMES DE TERRE NOUVELLES

Récoltées avant maturité, leur durée de commercialisation est très limitée (de la fin du mois de mai au 31 juillet).

Leur «calibre», correspondant au diamètre minimal en millimètres de la pomme dite, est de 28 mm pour cette catégorie.

REMARQUE

L'appellation «grenaille» définit des pommes de terre nouvelles ayant un calibre inférieur à 28 mm.

LES POMMES DE TERRE DE CONSERVATION

Elles sont disponibles du 1er août à la fin du mois de mai de l'année suivante, parfois au-delà selon la qualité des stocks.

Leur calibre est de 35 à 40 mm selon la qualité de la récolte.

REMARQUE

L'appellation «grosses triées» s'applique à des pommes de terre de conservation dont le calibre minimal est défini chaque année par la profession (de 50 à 60 mm, selon la qualité de la récolte).

Toutefois, en raison de leur forme allongée, les pommes de terre de consommation à chair ferme ne sont pas concernées par la réglementation des «calibres».

En revanche, l'appellation «tout venant» s'applique aussi bien aux pommes de terre de conservation qu'aux pommes de terre nouvelles : dans ce cas, les calibres sont mélangés, mais toujours conformes au minimum fixé par la législation, c'est-à-dire 35 à 40 mm de diamètre, suivant les années.

L'unité de facturation étant le kilogramme, les pommes de terre de conservation sont le plus souvent livrées en sacs de 25 kg, et les pommes de terre nouvelles en sacs de 10 à 12 kg.

Choisir les tubercules propres, intacts, de consistance ferme, non gelés, non germés, exempts de toute coloration externe verdâtre.

Refuser impérativement les pommes de terre réfrigérées (elles pourrissent rapidement), tout comme celles qui présentent une peau tachetée, rouillée ou verdâtre, ou encore une consistance molle, liquéfiée, et des traces noirâtres à la coupe.

Conserver les pommes de terre en silo, dans un local frais (de + 10 °C à + 12 °C maximum), à l'abri de la lumière, des rongeurs et des insectes.

Une température supérieure à + 15 °C, un degré hygrométrique élevé et la lumière accélèrent considérablement l'évolution de la pomme de terre : elle acquiert alors un goût sucré et légèrement amer, elle se ride, germe si elle n'est pas traitée contre la germination (1) et pourrit rapidement.

Ces précautions doivent être encore plus rigoureusement appliquées lorsqu'il s'agit des pommes de terre nouvelles : plus fragiles que les pommes de terre de conservation, ces dernières ne doivent absolument pas faire l'objet d'un stockage prolongé.

REMARQUE

Sous l'influence du verdissement de la germination, il se forme dans les tubercules des alcaloïdes toxiques du groupe de la «solanine» ; les pommes de terre vertes et germées doivent donc être impérativement exclues de l'alimentation.

(1) La plupart des pommes de terre de conservation sont actuellement traitées contre la germination par un traitement d'ionisation (voir l'ouvrage «Technologie culinaire» - chapitre des procédés de conservation - Editions BPI).

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

ÉPLUCHER ET LAVER DES POMMES DE TERRE



- Mettre en place le poste de travail :
  - une plaque à débarrasser contenant les pommes de terres à éplucher,
  - une deuxième plaque pour recevoir les épluchures,
  - une calotte ou un bahut contenant de l'eau froide pour les pommes de terre épluchées.
- Eplucher (peler) les pommes de terre à l'aide d'un couteau économe.
- Les éplucher dans le sens de la longueur.



- Oter méticuleusement toutes les taches verdâtres et noirâtres (yeux), les traces de parasites (vers, mildiou).
- Si nécessaire, passer le couteau plusieurs fois de suite, et éviter de les creuser.
- Les déposer dans la calotte contenant de l'eau froide.
- Brasser soigneusement les pommes de terre dans une grande calotte contenant de l'eau froide.
- Si nécessaire, rectifier l'épluchage.
- Les débarrasser à la main dans une autre calotte contenant de l'eau froide.
- Les réserver en enceinte réfrigérée.

REMARQUE
Les pommes de terre particulièrement terreuses peuvent être prélavées avant l'épluchage.

TAILLER DES POMMES DE TERRE EN BÂTONNETS



Pommes cheveux



- Egoutter les pommes de terre et les émincer très finement dans le sens de la longueur, en utilisant une mandoline.
- Superposer les tranches ainsi obtenues.
- Les émincer finement à l'aide d'un couteau éminceur.
- Les rincer soigneusement et les débarrasser dans une calotte contenant de l'eau.

SUITE



- Egoutter et sécher soigneusement les pommes cheveux.
- Les frire par **petites quantités** dans un bain de friture chauffé à 160/165 °C.
- Les maintenir très sèches.

Pommes paille



- Egoutter les pommes de terre, les tailler en bâtonnets réguliers de 1,5 mm à 2 mm de section, en utilisant une mandoline.
- Bien les rincer, puis les débarrasser dans une calotte contenant de l'eau.



- Egoutter et sécher soigneusement les pommes paille.
- Les frire par **petites quantités** dans un bain de friture chauffé à 160/165 °C.
- Les maintenir très sèches.
- Ainsi taillées, les pommes paille peuvent servir à la réalisation des pommes Darphin ou Dauphin, ou encore des paillassons de pommes de terre.

Confectionner des paniers en pommes paille



- Tailler les pommes paille et ne pas les rincer pour conserver leur fécule.
- Tapisser uniformément la partie inférieure d'un panier à nids avec une couche mince et régulière de pommes paille bien enchevêtrées puis appliquer et fixer la partie supérieure du panier.
- Frire dans un bain de friture chauffé à + 160/165 °C.



Pommes paille

Pommes allumettes



- Installer le poste de travail.
- Prévoir deux calottes ou deux bahuts contenant de l'eau permettant de débarrasser les pommes et les parures.
- Choisir de grosses pommes de terre ayant une forme et une taille bien régulières.



- Parer les pommes de terre.
- Parer en premier la pomme de terre dans le sens de la longueur, de façon à former une assise. Cette assise permet de stabiliser la pomme de terre et de travailler ensuite en toute sécurité.



- Poser la pomme de terre sur son assise et la parer sur toutes ses autres faces de manière à former un parallélépipède rectangle.
- Débarrasser les parures dans une calotte contenant de l'eau.



- Tailler les parallélépipèdes en tranches très régulières de 3 à 4 mm d'épaisseur.



- Superposer les tranches ainsi obtenues et les tailler en bâtonnets très réguliers de 3 à 4 mm de section.
- Les débarrasser au fur et à mesure dans une calotte contenant de l'eau, puis les rincer soigneusement.



- Egoutter et sécher soigneusement les pommes allumettes.
- Les pocher (ou blanchir) par **petites quantités** dans un bain de friture chauffé à + 155/160 °C.
- Terminer leur cuisson à la commande en les plongeant dans un bain de friture à + 175/180 °C.

REMARQUE

Les pommes mignonnettes sont réalisées d'après le même principe, mais elles sont découpées en bâtonnets plus courts d'environ 5 mm de section.



Pommes allumettes

SUITE

Pommes pont-neuf



• Egoutter et parer les pommes de terre.
• Choisir les plus grosses, les équarrir de manière à leur donner la forme d'un parallélépipède rectangle.



• Tailler les pommes de terre en tranches régulières d'1 cm d'épaisseur.



• Superposer 2 ou 3 tranches ainsi obtenues, et les tailler en bâtonnets réguliers d'1 cm de section.
• Les débarrasser au fur et à mesure dans une calotte contenant de l'eau.
• Les rincer soigneusement.



• Egoutter et sécher soigneusement les pommes pont-neuf.
• Les pocher (ou les blanchir) dans un bain de friture chauffé à + 150/155 °C.
• Terminer leur cuisson à la commande, en les plongeant dans un bain de friture à + 175/180 °C.

TAILLER DES POMMES DE TERRE EN DÉS



• Parer les pommes de terre en forme de parallélépipèdes rectangles.
• Selon l'utilisation prévue, les tailler en tranches régulières de 5 mm ou d'1 cm d'épaisseur.
• Tailler ces tranches en bâtonnets réguliers de 5 mm ou 1 cm d'épaisseur.
• Superposer les bâtonnets et les détailler en cubes réguliers de 5 mm ou 1 cm de section (les premières phases sont identiques au taillage des pommes allumettes ou pont-neuf).

UTILISATIONS

Rissolées (pommes vert-pré, Parmentier, Mirette), frites (pommes bataille), sautées (pommes sablées), braisées (pommes bretonne).

TAILLER DES POMMES DE TERRE EN PAYSANNE



- Tailler des pommes pont-neuf (voir ci-dessus).
- Ranger plusieurs bâtonnets les uns à côté des autres (il est possible de les superposer).
- Les émincer finement à l'aide d'un couteau éminceur, de manière à obtenir de fines lamelles ayant 1 cm sur 1 mm d'épaisseur.

UTILISATIONS

Potages taillés (parisien, cultivateur, etc.)

TAILLER DES POMMES CHIPS À LA MANDOLINE



- Parer légèrement les extrémités des pommes de terre.
- Les arrondir (sans exagérer) en forme de cylindres.



- Les émincer finement et régulièrement à l'aide d'une mandoline.
- Débarrasser les pommes chips au fur et à mesure dans une calotte contenant de l'eau.



- Rincer, égoutter et éponger soigneusement les pommes chips.
- Les frire par **petites quantités** dans un bain de friture chauffé à + 160/165 °C.
- Les retourner à l'aide d'une araignée.
- Bien les faire sécher.



Pommes chips

SUITE

ÉMINCER DES POMMES DE TERRE EN RONDELLES



- Parer légèrement les extrémités des pommes de terre.
- Les arrondir (sans exagérer) en forme de cylindres.



- Les émincer finement et régulièrement à l'aide d'une mandoline, en tranches d'1,5 à 2 mm d'épaisseur pour les pommes Anna et les gratins de pommes de terre (*gratin dauphinois, pommes boulangère, côtes de mouton Champvallon…*), ou en tranches de 2 à 3 mm d'épaisseur pour les pommes sautées à cru.



Pommes sautées à cru

TAILLER DES POMMES GAUFRETTES



- Choisir des pommes de terre de taille moyenne et forme régulière, les arrondir légèrement si nécessaire.

Tailler les pommes gaufrettes

- Poser la pomme de terre sur la mandoline, et la maintenir fermement avec la paume de la main en ayant les doigts légèrement relevés.



- Former une sorte de quadrillage ajouré, en passant la pomme de terre sur le couteau ondulé de la mandoline, tout en la faisant pivoter d'un quart de tour entre chaque passage.
- Débarrasser les pommes gaufrettes, au fur et à mesure dans une calotte contenant de l'eau.



- Rincer, égoutter et éponger soigneusement les pommes gaufrettes.
- Les frire par **petites quantités** dans un bain de friture chauffé à + 160/165 °C.
- Les retourner délicatement à l'aide d'une araignée et bien les faire sécher.

Confectionner des paniers en pommes gaufrettes



• Tailler très régulièrement les pommes gaufrettes.
• Choisir les plus belles et les disposer, sans les rincer, dans un panier à nids en les faisant chevaucher légèrement.

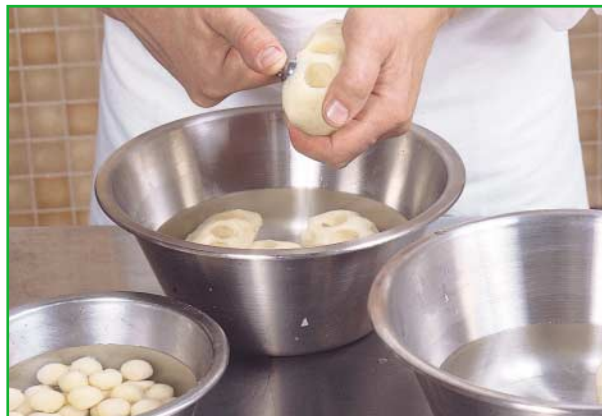


• Bien les maintenir en appliquant la partie supérieure du panier, et frire les nids dans un bain de friture chauffé à + 160/165 °C (les nids sont généralement garnis de pommes parisienne, soufflées, ou de petites pommes Dauphine).



Nids en pommes gaufrettes

LEVER DES POMMES NOISETTES À LA CUILLER



• Choisir de très grosses pommes de terre.
• Tenir fermement la cuiller par le manche et maintenir le pouce sur la cuiller pour qu'elle ne se retourne pas.
• L'enfoncer d'abord dans la pomme de terre, puis tourner de manière à obtenir des pommes bien rondes.



• Brasser les pommes sous un filet d'eau pour éliminer toutes les éventuelles parures, puis les débarrasser dans une calotte contenant de l'eau.



• Les pommes levées à la cuiller sont en général blanchies, puis rissolées (*pommes noisettes, parisienne*), et parfois levées à l'aide d'une grosse cuiller et cuites à l'anglaise (*pommes persillées ou Quelin*).

SUITE

RÉALISER DES POMMES CHAMPIGNONS



• Enfoncer l'extrémité d'une douille ronde unie (de 6 à 8 mm de diamètre) jusqu'au tiers de la hauteur d'une grosse pomme noisette.



• Inciser le pourtour de la pomme noisette jusqu'à la douille.
• Dégager les parures.



• Les pommes champignons sont le plus souvent blanchies et rissolées, pour être utilisées comme petites garnitures.

TOURNER DES POMMES DE TERRE



Le tournage des pommes de terre produit une quantité de parures non négligeable, souvent difficiles à utiliser en restauration classique.
Pour pallier cet inconvénient, il est indispensable de bien choisir le calibre des pommes de terre et de se rapprocher le plus près possible du modèle à tourner.

- Pommes cocotte.
- Pommes pour garniture de ragoût (navarin).
- Pommes à l'anglaise ou vapeur.
- Pommes château.

Pommes cocotte



• Choisir de petites pommes de terre de forme allongée.
• Parer les extrémités de manière à obtenir des pommes de longueur identique (environ 5,5 à 6 cm).



- Si nécessaire, les partager en deux dans le sens de la longueur.
- Se rapprocher le plus près possible du modèle à tourner.



- Tourner les pommes cocotte à l'aide d'un couteau d'office.
- Leur donner une forme oblongue régulière, légèrement effilée, sans chercher à leur donner de facettes.



- Donner au couteau un mouvement circulaire de manière à obtenir des pommes lisses et arrondies.
- Réserver parures et pommes tournées dans des calottes contenant de l'eau.



- Rincer soigneusement les pommes et les réserver dans une calotte contenant de l'eau.
- Les pommes cocotte sont blanchies «départ eau froide», puis rissolées.



Pommes cocotte

REMARQUE

Les pommes destinées à garnir les sautés en sauce (ragoûts), le navarin aux pommes, par exemple, doivent être tournées un peu plus grosses et légèrement plus arrondies. Leur taille se situe entre la pomme cocotte et la pomme à l'anglaise.

Pommes vapeur et pommes à l'anglaise
(la grosseur est identique)



- Choisir des pommes de terre de la grosseur d'un œuf (pour limiter la quantité de parures).
- Couper les deux extrémités des pommes de terre, de manière à ce qu'elles soient toutes de la même longueur.

SUITE



• Si elles sont trop grosses, les partager éventuellement en deux dans le sens de la hauteur.



• Tourner régulièrement les pommes à l'aide d'un couteau d'office.
• Leur donner la forme arrondie d'un petit œuf.



• Les pommes vapeur ou à l'anglaise doivent être bombées, et présenter des faces régulières, lisses d'un bout à l'autre de la pomme, et ne pas comporter de facettes. La longueur est d'environ 6 cm et le poids de 50 g.



• Dans le cas de grosses pommes de terre coupées en deux dans le sens de la hauteur : commencer à tourner la face plate de manière à l'arrondir et à la faire disparaître.



• Les pommes sont cuites à l'anglaise dans de l'eau salée «départ à froid» ou «à la vapeur». Elles peuvent être servies persillées.



Pommes à l'anglaise

Pommes château



- Choisir de très grosses pommes de terre.
- Couper les deux extrémités pour qu'elles soient toutes de la même longueur.
- Elles doivent être un peu plus longues que les pommes vapeur et à l'anglaise.



- Les tourner régulièrement à l'aide d'un couteau d'office.
- Leur donner une forme moins arrondie et plus allongée que les pommes vapeur et à l'anglaise. Leur poids moyen est d'environ 80 g.



- Les pommes château sont blanchies «départ eau froide» durant 2 à 3 minutes, puis rissolées.
  Elles entrent dans la composition de nombreuses garnitures *(Choisy, Dubarry, bruxelloise, fleuriste, Judic, niçoise…)*.

Pommes fondantes



- Choisir de très grosses pommes de terre.
- Parer les extrémités, puis les partager en deux dans le sens de la hauteur. Chaque pomme doit peser environ 80 à 90 g.



- Arrondir légèrement la face plate, et la réserver.
- Tourner le reste de la pomme de terre, comme pour la pomme château.
  Les pommes fondantes peuvent être également tournées en forme de «savonnette».



- Les pommes fondantes sont disposées sur leur face plate dans un plat fortement beurré, puis cuites au four avec un excellent fond blanc ou un consommé.
  Elles entrent dans la composition de nombreuses garnitures *(Excelsior, Florian…)*.

LE RADIS



Le radis est une plante potagère de la famille des crucifères, dont on consomme la racine.

Selon les variétés, les racines peuvent être rondes, mi-longues, longues, de couleur rouge uni ou rouge vermillon avec un bout blanc, ou noires pour une autre variété longue d'hiver.

En règle générale, tous les radis se consomment crus en hors-d'œuvre avec du beurre et du sel, mais les radis roses peuvent être traités comme les navets nouveaux (glacés ou à la crème).

Les feuilles tendres des jeunes radis roses peuvent être mangées crues (en salade) ou cuites comme les épinards, ou les feuilles de blettes.

Après épluchage, les radis noirs longs d'hiver sont placés à dégorger avec du sel fin durant une trentaine de minutes, puis égouttés, épongés et assaisonnés.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Actuellement, il n'y a pas de normalisation pour les calibres ou la catégorie. L'unité de facturation est la botte.

La période optimale d'achat se situe de mars à juin, et de septembre à la fin octobre pour les radis roses, en hiver pour les radis noirs.

Choisir les bottes présentant l'aspect le plus frais, avec des fanes propres, fraîches, vertes et cassantes. Les radis doivent être de taille régulière, de la même variété, pas trop gros, fermes, craquants et peu piquants.

Refuser impérativement les radis à consistance creuse et molle, et dont les fanes sont humides, retombantes et flétries.

Il est conseillé de consommer les radis le jour même de leur livraison. Les éplucher, puis les réserver jusqu'au moment du service en enceinte réfrigérée, de + 6 °C à + 8 °C.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



- Oter les éventuelles feuilles jaunies.
- Raccourcir les tiges des feuilles et n'en laisser que 2 à 3 cm.



- Couper la racine juste à la base du globe.



- Gratter légèrement la base du collet, à l'aide d'un petit couteau d'office.



- Laver soigneusement les radis dans plusieurs eaux.
- Ne pas les laisser tremper, les égoutter immédiatement.

LES SALADES DIVERSES
(LAITUE, CHICORÉE, MÂCHE, PISSENLIT, MESCLUN)

Les salades représentent l'une des plus importantes productions légumières de la CEE. Produites tout au long de l'année, les différentes variétés ont été adaptées aux saisons. Selon les conditions climatiques, elles sont cultivées sous serres ou en plein champ.

Les principales variétés de salades peuvent être classées de la manière suivante :

LES LAITUES (première salade consommée par les Français)

- laitue pommée.
- laitue batavia.
- laitue romaine.
- laitue à couper, verte et rouge (feuille de chêne).

LES CHICORÉES

- chicorée frisée au feuillage fin et serré, ou large et bouclé.
- chicorée scarole (cornette).
- chicorée witloof de Bruxelles (endive).
- chicorée sauvage (pain de sucre, barbe de capucin, rouge de Vérone -trévise-).

LES MÂCHES

à feuilles longues, rondes, en coquille, de Louviers...

LE PISSENLIT

de culture à cœur plein.

LE MESCLUN

mélange de salades, à couper au stade du jeune plant (chicorée frisée, chicorée sauvage, cerfeuil commun, cresson des jardins, mâche à petites et grosses graines, roquette, laitue).

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Le calibre des laitues correspond au poids minimal en grammes de la pièce lié à la catégorie. Le poids moyen d'une laitue est de 0,250 kg à 0,300 kg.

L'unité de facturation est la pièce, le kilogramme, ou la caisse.

Pour la mâche, le pissenlit et la trévise, il n'y pas de normalisation de calibre et de catégorie.

L'unité de facturation pour ces salades est le kilogramme.

Période optimale d'achat :

- laitue : toute l'année
- batavia : avril à fin octobre
- romaine : mars à mai
- chicorée frisée : août à mars
- chicorée scarole : novembre à avril
- chicorée de Bruxelles : novembre à mars ; toutefois, elles sont actuellement disponibles toute l'année, avec un léger creux en été
- mâche : octobre à mars
- pissenlit : novembre à mai
- trévise : mars à mai, et d'octobre à janvier.

Acheter les salades très fraîches, propres, débarrassées des feuilles souillées de terre, légèrement humides mais pas mouillées (risques de pourriture).

Le feuillage doit être ferme, craquant, vert clair à jaune clair au centre pour les variétés frisées, scaroles et laitues pommées. La coupe doit être fraîche et récente, de la sève blanchâtre doit couler à la pression du doigt.

Eviter les livraisons le lundi.

Les conserver 48 h au maximum en enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C. Les salades délicatement épluchées, lavées, essorées se conservent quelques jours en enceinte réfrigérée, si elles sont conditionnées dans des boîtes alimentaires hermétiques.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



RECOMMANDATIONS

Toutes les salades doivent être manipulées avec beaucoup de précautions, et tout spécialement les salades de serres.

LAITUES



- Raccourcir le trognon.
- Oter les feuilles extérieures, abîmées, jaunies, trop dures ou trop vertes.
- Puis ôter la nervure centrale des feuilles comestibles.
- Si elles sont trop grandes, les partager en deux.



- Laver les feuilles très délicatement dans plusieurs eaux, en les retirant de la calotte à la main et par petites quantités. Il ne faut en aucun cas faire couler l'eau directement sur les feuilles.
- Essorer.

SUITE

CHICORÉE FRISÉE



- Raccourcir le trognon.
- Dégager les feuilles extérieures abîmées, jaunies, flétries, trop dures ou trop vertes.
- Reprendre les branches une par une, ôter l'excédent de vert s'il y a lieu et les partager en deux si elles sont trop longues.



- Laver très soigneusement la frisée dans plusieurs eaux, en la retirant à la main.
- Vérifier très attentivement la variété très fine et très frisée.
- Essorer.

MÂCHE

Salade très tendre et très fragile, à éplucher avec beaucoup de soins.



- Araser la racine à l'aide de la pointe du couteau d'office.
- Supprimer les feuilles extérieures, flétries ou jaunies.
- Conserver une petite partie de la racine, afin de maintenir le cœur et les feuilles du centre en bouquet.



- Laver très soigneusement dans plusieurs eaux. La mâche se développe dans des sols très sableux, il est nécessaire de la laver plusieurs fois à grande eau en écartant bien les pétioles du cœur (tiges des feuilles) où se cachent les petits grains de sable, désagréables sous la dent.

LES SCORSONÈRES ET SALSIFIS



Scorsonères et salsifis sont des plantes de la famille des composacées dont certaines espèces sont cultivées pour leurs racines comestibles.

Les scorsonères sont commercialisées sous l'appellation «salsifis». Ils présentent une saveur semblable, seule la couleur de leur peau diffère, blanche pour les salsifis, noirâtre pour les scorsonères.

Toutes les techniques de préparation, de cuisson et d'utilisation leur sont communes.

Les jeunes feuilles (tiges ou pousses) tendres des salsifis et des scorsonères de printemps peuvent être consommées crues, en salade.

La «barbe de bouc» est une variété des salsifis sauvages qui croît spontanément dans les pâturages légèrement humides. Les jeunes pousses de cette plante se mangent en salade, ou peuvent être préparées comme les épinards. Les racines se consomment comme celles des salsifis.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Choisir les salsifis d'aspect très frais et propres, le calibre doit être homogène et régulier, les racines longues, cylindriques, lisses, à peau fine et sans trop de radicelles.

Le collet doit être fraîchement arasé et ne doit pas présenter de traces noirâtres, ni de liquéfaction.

Refuser impérativement les salsifis sablonneux, à peau trop foncée, épaisse, dure et ligneuse.

La période optimale d'achat se situe d'octobre à mai.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

- Laver très soigneusement les salsifis dans plusieurs eaux. Les laisser tremper éventuellement afin de faciliter l'épluchage.



- Parer les deux extrémités, puis peler le salsifis, bien à plat sur une plaque retournée, à l'aide d'un économe, en le tenant par une des extrémités (technique identique à l'épluchage des asperges).



- Les laver soigneusement à nouveau, puis les débarrasser dans une calotte avec de l'eau légèrement citronnée ou vinaigrée.



- Tronçonner les salsifis en bâtonnets de 5 à 6 cm de long, ou les tailler en biais (biseau).

LA CUISSON DES SALSIFIS
Dans un blanc, sous vide ou dans de l'eau bouillante salée, citronnée et huilée en surface.

UTILISATIONS

Au beurre, aux fines herbes, à la crème, au gratin, sautés à la provençale, à la polonaise, en fritots après marinade instantanée, etc.

LES PATATES DOUCES



Les patates douces sont des tubercules comestibles, à chair sucrée. Elles sont issues d'une plante rampante, du genre des convolvulacées, originaire d'Amérique tropicale. Les patates douces (ipomoea batatas) sont également cultivées en Afrique, en Inde, en Chine et au Japon.

Elles se prêtent aux mêmes préparations que les pommes de terre, mais leur chair, beaucoup plus sucrée, peut aussi être utilisée pour la fabrication de desserts, de confiture, de fécule et d'alcool.

LES TOPINAMBOURS



Le topinambour est une plante potagère annuelle, mais vivace par ses parties souterraines, de la famille des composacées : l'hélianthe tubéreux. Elle est cultivée pour ses tubercules comestibles dont la saveur douceâtre, légèrement sucrée, rappelle à la fois celle du fond d'artichaut et celle de la patate douce. Le topinambour fuseau à tubercules rosés est plus recommandé pour la consommation humaine.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



- Brosser vigoureusement les topinambours sous un jet d'eau froide. Insister entre les nodosités.
- Cuire à l'anglaise, départ eau froide, écumer si nécessaire.
- Sonder l'à-point de la cuisson à l'aide d'une aiguille.
- Arrêter la cuisson avec un peu d'eau froide.



- Peler à l'aide d'un couteau d'office.

UTILISATIONS

- *Au beurre, Maître d'hôtel.*
- *A la crème, au gratin.*
- *En beignets.*
- *En salade...*

LES POTIRONS



Le potiron est le nom vulgaire d'une variété de grosse courge (cucurbita maxima), à écorce et chair orangées. Ce gros fruit comestible provient d'une plante herbacée, annuelle, rampante ou grimpante de l'espèce des cucurbitacées.

Son utilisation en cuisine se limite principalement à la réalisation de potages (soupe de potiron, potage Marianne, bressane...). Toutefois la chair du potiron peut être cuite à l'anglaise, étuvée au beurre, traitée en gratin, en purée, en beignets ou en soufflé. Les fleurs «en entonnoir» peuvent être farcies ou frites en beignets.

Les variétés les plus utilisées sont le potiron rouge vif d'Etampes et le bronzé de Montlhéry. Cueillis de septembre aux premières gelées, les potirons sont entreposés à l'obscurité, dans un local sain, à une température de + 10 °C à 12 °C maximum.

Les potimarrons procurent des purées plus fines que celles obtenues à partir des potirons.

Les **giraumons** sont des courges dont la forme spéciale à mamelons leur a valu le nom de «bonnet de Turc» ou de «bonnet de prêtre». Ils sont principalement utilisés dans les départements d'outre-mer pour la réalisation des acras, des potages, de la purée et de la giraumonade.



Diverses cucurbitacées

LES CHRISTOPHINES OU BRYONES OU CHOUCHOUX



Ce sont des fruits à noyaux oblongs, en forme de poire, verts ou blanc ivoire, qui sont issus d'une plante ornementale grimpante de la famille des cucurbitacées. Cette plante est parfois cultivée pour garnir les treillages et les tonnelles.

Les fruits peuvent être consommés crus, râpés et relevés d'une sauce vinaigrette pimentée, ou cuits à l'anglaise, puis farcis.

Les feuilles sont également consommées sous l'appellation brèdes chouchou.

- Christophines farcies
- Gratin de chouchoux

LES PÂTISSONS



Le pâtisson est une sorte de courge de la famille des cucurbitacées, qui a une forme arrondie et aplatie. Les pâtissons présentent des excroissances (dentelures) sur le pourtour, d'où leur dénomination de «couronne impériale» ou «artichaut de Jérusalem».

Ils sont disponibles principalement de juin à août. Cuits dans un blanc léger ou dans de l'eau bouillante salée, citronnée et huilée, ils sont généralement évidés, puis farcis. Ils peuvent être traités à la grecque, à la crème, au gratin ou en beignets.

LES FRUITS

LES CITRONS, LES ORANGES, LES POMELOS



LES CITRONS

Les citrons sont les fruits jaunes ou verts de certaines variétés de citronniers.

Les jus de citron est utilisé en cuisine pour rehausser les saveurs ou pour aciduler les sauces. Il limite l'oxydation (noircissement) de certains fruits et légumes qui viennent d'être épluchés (pommes, poires, avocats, fonds d'artichauts, champignons, etc.).

Historié, le citron est utilisé comme élément de décor ou comme petite garniture traditionnelle des poissons «meunière», grillés ou frits.

On appelle «lime» une variété de petits citrons très acides provenant du «citrus aurantifolia», et «limette» un petit citron très doux du limettier (citrus limetta).

LES ORANGES

L'orange est le fruit le plus consommé en France après la pomme. Elle vient principalement d'Espagne et du Maroc pour les Navels et les Valencia. La Tunisie fournit surtout les sanguines (Maltaises).

Les principales variétés utilisées pour leur jus sont les «Valencia late», «Navel-late», «Salustiana» et les «sanguines».

Pour les fruits dits «de table», les meilleures variétés sont «Navels» et «Valencia».

En cuisine, les oranges sont utilisées pour leur pulpe levée en segments, mais aussi pour leur jus et leur écorce, zestes taillés en julienne ou en brunoise (coupe Florida, salades composées, sauce maltaise, bigarade, Cumberland, magret, caneton, sole meunière à l'orange, etc.).

LES POMELOS

Le pomelo est la forme évoluée et raffinée du véritable pamplemousse «citrus grandis» qui n'est plus guère cultivé que pour des usages pharmaceutiques, la confiturerie et comme géniteur possible de nouveaux hybrides. En effet, son écorce épaisse et irrégulière, sa pulpe très amère contenant beaucoup de pépins, ne sauraient plaire aux consommateurs.

Sur les marchés, on ne trouve que le fruit du pomelo (citrus paradisi) ou ses hybrides modernes, sans pépins et à la pulpe douce et juteuse.

Il existe plusieurs types de pomelos distincts par la coloration de la pulpe et de l'écorce :

- pomelo blanc ou blond (variété Marsh) à saveur légèrement amère, très juteux, généralement en provenance d'Israël et de Chypre,
- pomelo rose (variété Thompson), plus sucré, à la peau lisse, d'un beau jaune vif, qui provient de Floride, du Texas, de Californie ou d'Afrique du sud,
- pomelo rouge (variété Ruby red) à la pulpe vivement colorée et au goût très sucré, qui vient des Etats-Unis,
- pomelo «sweeties» à écorce verte, très doux, sucré et juteux, qui provient également du sud des Etats-Unis.

Les pomelos sont principalement utilisés en hors-d'œuvre, nature, au sucre, grillés, au crabe, aux crevettes... Les segments entrent dans la compositions de nombreuses salades composées (Coupe Florida).

Ils peuvent aussi être utilisés en «petite garniture» (poisson meunière aux agrumes, caneton, longe de porc poêlée au pamplemousse).

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

LES CITRONS

Les calibres sont exprimés selon une échelle numérique qui correspond au diamètre en millimètres des fruits. Exemples :

- calibre 3 : 5 à 6 fruits au kilogramme
- calibre 4 : 6 à 7 fruits au kilogramme
- calibre 5 : 7 à 8 fruits au kilogramme
- calibre 6 : 8 à 9 fruits au kilogramme.

Les catégories sont définies par la réglementation : EXTRA, I et II.

Il n'y a pas de période optimale d'achat, les citrons sont récoltés toute l'année.

LES ORANGES

Les calibres sont exprimés selon une échelle numérique qui correspond au diamètre en millimètres des fruits. Exemples :

- calibre 4 : 4 fruits au kilogramme
- calibre 5 : 5 fruits au kilogramme
- calibre 6 : 6 à 7 fruits au kilogramme
- calibre 7 : 7 à 8 fruits au kilogramme.

Les catégories sont définies par une réglementation : EXTRA, I, II et III.

La période optimale d'achat se situe de novembre à mai, mais elles sont disponibles toute l'année.

LES POMELOS

Actuellement, il n'y a pas de catégories définies officiellement par la réglementation. Les calibres correspondent au nombre de fruits contenus dans un carton. Ce nombre est variable selon la variété et le conditionnement adopté par le pays producteur.

Exemples de calibres courants définis seulement par les usages :

- 36 : 2 fruits au kilogramme environ
- 40 : 2 à 3 fruits au kilogramme
- 48 : 3 fruits au kilogramme
- 56 : 3 à 4 fruits au kilogramme.

Choisir les agrumes de coloration uniforme, lourds en main, à l'épiderme fin, lisse et brillant (attention aux cires synthétiques), sans trop de pépins et très juteux.

La teneur en jus d'un bon citron est au minimum de 20 à 25 % et de 33 à 35 % pour une orange.

Les agrumes dont la peau est très épaisse sont en général plus doux, mais contiennent beaucoup moins de jus.

Pour extraire le maximum du jus d'un agrume, il faut faire éclater tous les petits alvéoles de sa pulpe en le roulant sur une surface plane, et en le pressant légèrement avec la paume de la main.

Un fruit taché ne remet pas en cause la qualité de tout le colis : retirer le fruit abîmé et essuyer les autres.

Il est déconseillé de stocker les agrumes en enceinte réfrigérée, et tout particulièrement en présence d'autres produits, leur odeur caractéristique se transmet très facilement.

Eviter également les chocs thermiques.

Les agrumes sont généralement traités par des agents conservateurs «antimoisissures» (diphényle, orthophénylphenol, orthophénylphénate de sodium, thiobendazole). Il faut bien les laver avant de les utiliser.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

PELER À VIF



- Laver soigneusement les citrons, les oranges ou les pomelos.
- Les essuyer avec du papier absorbant.



- Couper les deux extrémités jusqu'à la pulpe de manière à leur donner une assise très stable.



Peler à vif
- Poser le fruit à la verticale sur son assise, et le peler en arc de cercle, à l'aide d'un couteau à filets de sole, en partant du sommet.
- Lui donner la forme d'un petit tonnelet régulièrement arrondi, sans laisser aucune trace de peau.



- Tailler en rondelles régulières ou lever les segments.

UTILISATIONS

- *Citrons : poissons meunière, marinades, cuisson des poissons pochés.*
- *Oranges, kiwis : salades de fruits.*

LEVER DES SEGMENTS OU DES SUPRÊMES

- Laver soigneusement les agrumes.
- Les essuyer avec du papier absorbant.
- Couper les deux extrémités.
- Peler à vif (voir photos précédentes).



- Lever les segments ou suprêmes. Séparer les segments des membranes à l'aide d'un couteau à filets de sole parfaitement coupant.
- Récupérer le jus dans une petite calotte en acier inoxydable.

UTILISATIONS

- *Hors-d'œuvre, salades composées.*
- *Magret, caneton à l'orange, au pamplemousse.*
- *Filet de poisson meunière aux agrumes…*

TAILLER DES SEGMENTS EN DÉS



UTILISATIONS

Truite, raie, cervelle grenobloise.

CANNELER

- Laver soigneusement les oranges ou les citrons.
- Les essuyer avec du papier absorbant.
- Parer les deux extrémités.



Canneler

- Pratiquer de petites cannelures régulières à l'aide d'un couteau canneleur.



- Partager le fruit en deux dans le sens de la hauteur, et le couper (émincer) en tranches fines et régulières.

UTILISATIONS

Elément de décor et de présentation, bordure de plat (voir festonner).

HISTORIER

- Laver soigneusement les fruits à historier.
- Les essuyer avec du papier absorbant.
- Couper légèrement les deux extrémités, afin de leur donner une assise stable.

Citron ou orange en dents de loup



- Maintenir le fruit bien à plat sur la planche à découper.
- Tenir la lame d'un petit couteau d'office à mi-hauteur entre le pouce et l'index.
- Traverser le fruit jusqu'à la hauteur des doigts. Former une dentelure plus ou moins prononcée sur toute la circonférence du fruit.
  Cette technique s'applique également aux melons, aux kiwis, aux tomates, aux œufs durs, etc.
- Déboîter les deux demi-citrons, ôter les pépins s'il y a lieu.
- Placer une petite branche de persil au centre.

Autres modèles



- Partager le citron en deux, sur la circonférence.
- Couper légèrement en biais sur toute la circonférence du citron une petite bande de peau.
- La nouer sans trop la serrer.



- Confectionner un petit panier tressé, en cannelant au préalable l'orange ou le citron.

REMARQUE
Réserver les citrons historiés en enceinte réfrigérée jusqu'au moment de leur utilisation, les recouvrir d'un film plastique alimentaire.



Canard à l'orange

ZESTES, JULIENNE DE ZESTES ET BRUNOISE



• Laver très soigneusement les fruits, puis les essuyer avec du papier absorbant.



• Les éplucher (lever les zestes) à l'aide d'un couteau économe épluchant très fin (5 à 6 cm de longueur maximum) : seule la partie colorée de l'écorce doit être utilisée.

Julienne de zestes



• Superposer les zestes, la partie intérieure sur le dessus.
• Les émincer (ciseler) finement dans le sens de la longueur. Ils seront blanchis deux à trois fois avant utilisation.

UTILISATIONS

- *Sauce bigarade, Cumberland.*
- *Caneton à l'orange, etc.*

Brunoise



• Tailler (émincer) la julienne de zestes en petits dés d'1 mm de section carrée.
A blanchir également.

UTILISATIONS

- *Osso-buco milanaise.*
- *Farce pour pâtés et terrines à l'orange, etc.*

LES MELONS



Le melon est le fruit sphérique ou légèrement oblong d'une plante herbacée annuelle de la famille des cucurbitacées.

Les variétés les plus courantes et les plus fines apparaissent sur les marchés de juin à septembre. Elles proviennent principalement de la région de Cavaillon (Vaucluse) et des Charentes et depuis peu de Guadeloupe.

Le melon est servi de préférence rafraîchi en hors-d'œuvre, nature ou accompagné de Porto blanc, de Muscat, de Marasquin ou de Xérès... Il accompagne également les jambons crus, les magrets légèrement salés et séchés, ou encore les poissons marinés. Sucré, il peut être utilisé pour les granités, les sorbets, les salades de fruits...

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Le calibre correspond au nombre de fruits au plateau.

Il n'y a pas de catégorie, ni de classement de qualité gustative. Exemples :

• pour un plateau de 57 cm x 34 cm :

nombre de fruits	*diamètre en cm*	*poids moyen de la pièce*
12	13/17	900 g et plus
15	11/13	600 à 900 g
18	9/11	500 à 600 g

Le choix d'un bon melon est très délicat, surtout au cours des années peu ensoleillées. Les deux principaux critères à retenir dans une variété donnée (Cantaloup, par exemple) sont d'une part, l'odeur apparaissant au niveau du pédoncule, elle doit être caractéristique, sucrée et bien prononcée, et d'autre part, le poids qui doit être élevé par rapport au volume. L'à-point de la maturité se reconnaît au pédoncule : celui-ci doit se détacher facilement.

Les fruits éclatés ne remettent pas en cause la qualité gustative, mais uniquement la présentation et l'hygiène.

Il est conseillé de réserver les melons à la température ambiante afin de mieux contrôler l'évolution de la maturité. Lorsqu'il est à point, le réserver en enceinte réfrigérée, impérativement dans un conditionnement étanche, car son odeur se transmet très facilement aux autres aliments.

Eviter également les manipulations successives et les chocs.

Un melon portion (individuel) pèse environ de 0,400 kg à 0,450 kg. Pour deux couverts, il faut prévoir un melon d'environ 0,750 kg.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

• Laver soigneusement les melons.
• Les essuyer avec du papier absorbant.

En fonction de son utilisation et de son diamètre, plusieurs possibilités de coupe peuvent être envisagées : le melon peut être divisé en tranches, partagé en deux parties égales (historié), ou servi individuellement.

Melons individuels



• Parer légèrement le côté opposé au pédoncule pour lui assurer une meilleure assise.

Attention à ne pas le percer.



• Découper un couvercle avec la pointe d'un couteau d'office. Plusieurs découpes peuvent être envisagées. Dans ce cas, pratiquer un petit repère permettant de replacer le couvercle au bon endroit.

SUITE



• Dégager les graines et les filaments à l'aide d'une cuiller à entremets.
• Replacer le couvercle.

Autre méthode



• Evider le melon à l'aide d'une cuiller à pommes noisettes. Prendre la précaution de ne pas percer le fond du melon.
• Garnir le melon avec les «noisettes» et replacer le couvercle.



Présentations de melons

LES POIRES



Fruit subtilement parfumé, fondant, rafraîchissant, moelleux, la poire termine agréablement un repas.

Principalement utilisée en «entremets», sous la forme de poire pochée, au sirop, au vin, en mousse, en compote, en charlotte, en sorbet, etc., la poire peut aussi apporter une note originale aux mélanges sucrés-salés, en se mariant tout particulièrement avec les volailles, les viandes blanches, le jambon cru, les gibiers, le poisson fumé, etc.

Il existe de nombreuses variétés de poires qui mûrissent à des époques différentes de l'année. On distingue :

Les poires d'été :

• Guyot (juillet, août)
• Williams et Williams rouge (août, septembre)
• André Desportes (début juillet)

Les poires d'automne :

• Louise-bonne (septembre à fin novembre)
• Beurré-hardy (septembre à fin novembre)
• Conférence (fin septembre à début décembre)
• Doyenné-du-comice (octobre à fin décembre)

Les poires d'hiver :

• Passe-crassane (décembre à avril)
• Du curé, à cuire (novembre à janvier).

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Les calibres correspondent au diamètre en millimètres des fruits :

• 60/65 : 8 à 9 fruits environ au kilogramme
• 65/70 : 6 à 7 fruits environ au kilogramme
• 70/75 : 5 à 6 fruits environ au kilogramme
• 75/80 : 4 à 5 fruits environ au kilogramme.

Préférer les petits conditionnements en plateaux sur un seul rang aux caisses en vrac. Les poires mûres sont des fruits très fragiles, il faut éviter les manipulations et les chocs.

Il est préférable de les acheter encore fermes, car les poires évoluent très rapidement (notamment les variétés d'été). Elles mûrissent et se colorent lentement à la température ambiante. Le fruit est à point lorsque l'épiderme faiblit doucement sous la pression du doigt.

Les fruits mûrs doivent être stockés en enceinte réfrigérée spécifique de + 6 °C à + 8 °C.

Attention ! Les poires mûres peuvent être blettes au cœur, effectuer un contrôle à la livraison.

Poire pour pocher entière



• Peler (éplucher la poire à l'aide d'un couteau économe).
• Retirer en premier le calice et les étamines (partie opposée au pédoncule : queue) en se servant de la pointe d'un économe.



• Eplucher la poire en spirale, de manière à maintenir sa forme oblongue et régulière.



• Rafraîchir la coupe du pédoncule, à l'aide d'une paire de ciseaux.



• Rafraîchir le pédoncule en le grattant régulièrement, à l'aide d'un couteau d'office, sur le bord de la planche à découper.



• Evider la poire à l'aide d'une petite cuiller à pommes noisettes. Extraire l'intégralité des péricarpes (enveloppe parcheminée des pépins) et les pépins.



• Citronner la poire, soit avec un demi-citron, soit avec du jus de citron.
Il est possible de maintenir momentanément les poires ainsi épluchées, en immersion dans de l'eau citronnée.

LES POMMES



La pomme est un des rares fruits dont le consommateur peut disposer toute l'année, avec toutefois un léger creux entre les mois de juillet et août. Cependant, certaines variétés très saisonnières n'apparaissent que durant très peu de temps sur les marchés.`

A la fin du XVIème siècle, on dénombrait 110 variétés en France. Les spécialistes en ont répertorié plusieurs milliers à travers le monde, issues d'innombrables croisements ou imitations. Seule une bonne trentaine est présente dans nos vergers. Exemples :

Pommes hâtives disponibles de la fin août au mois d'octobre :

- Astrakan rouge
- Calville rouge d'été
- Cardinal
- Transparente blanche

Pommes de pleine saison disponibles de la fin octobre au début janvier :

- Bénédictin
- Cox's Orange
- Reine des reinettes
- Reinette grise
- Belle de Boskoop
- Melrose

Pommes tardives disponibles de la fin janvier au mois de mars :

- Calville d'hiver
- Gros Locard
- Reinette du Canada, clochard
- Idared, Gloster, Jonagold (croisement entre Golden delicious et Jonathan).

REMARQUE

Certaines variétés, de culture intensive et mûries artificiellement, sont disponibles durant une plus longue période :

- *Golden delicious (pratiquement toute l'année)*
- *Granny Smith (de novembre à mai)*
- *Richared-Starking (de septembre à avril).*

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

En cuisine, le choix d'une bonne pomme ne doit pas seulement être fonction de ses critères commerciaux (calibre, aspect, présentation), mais davantage de son utilisation (forme, saveur, fermeté, tenue à la cuisson, à l'assaisonnement, résistance à l'oxydation, etc.).

Les pommes légèrement acides sont utilisées pour les hors-d'œuvre, les salades composées, les sauces, les compotes : elles tiennent en général très mal à la cuisson.

Choisir de préférence les variétés douces et tardives pour les garnitures d'accompagnement des viandes, des volailles, des abats et du gibier.

Les calibres correspondent au diamètre en millimètres des fruits. Exemples :

- 65/70 : 8 à 9 fruits environ au kilogramme
- 70/75 : 6 à 7 fruits environ au kilogramme
- 75/80 : 5 à 6 fruits environ au kilogramme.

Préférer les petits conditionnements, en plateau sur un seul rang aux caisses en vrac. Cette présentation permet de contrôler rapidement l'homogénéité des calibres, de détecter les fruits véreux, talés ou passés de maturité, d'éviter les transvasements et les éventuels chocs préjudiciables à une bonne conservation.

Les pommes de culture traditionnelle, qui n'ont subi aucun procédé de conservation, se gardent naturellement durant plusieurs mois dans un fruitier frais, à l'obscurité, à l'abri de la poussière, des insectes et des rongeurs.

Les pommes de culture intensive doivent être stockées avec beaucoup de précautions : enceinte réfrigérée de + 6 °C à + 8 °C durant une semaine au maximum (une température plus élevée accélère la maturation).

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



- Peler (éplucher) les pommes à l'aide d'un couteau économe.
- Retirer en premier le pédoncule, puis les restes du calice et des étamines (se servir de la pointe de l'économe).



• Eplucher la pomme en tournant, de manière à maintenir sa forme ronde et régulière.



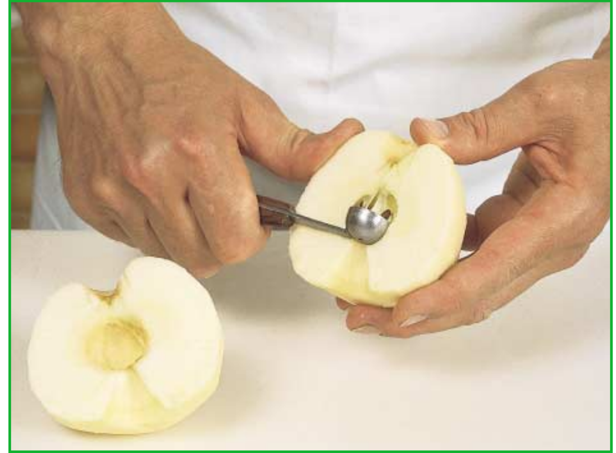
• Citronner la pomme, soit avec un demi-citron, soit avec du jus de citron.



• Evider la pomme selon l'une des deux méthodes suivantes :

1ère méthode :

• Evider la pomme à l'aide d'un vide-pomme de diamètre suffisant pour bien extraire l'intégralité des péricarpes (enveloppe parcheminée des pépins) et les pépins.



2ème méthode :

• Partager la pomme en deux parties égales dans le sens de la hauteur.
• Oter les péricarpes et les pépins à l'aide d'une cuiller à pommes noisettes.



UTILISATIONS

1) *Coffrets pour garniture de gibier.*
2) *Quartiers et pommes tournées pour garnitures d'accompagnement.*
3) *Rondelles pour beignets et garnitures.*
4) *Emincées pour tartes aux pommes.*
5) *Dés de plusieurs grosseurs pour sauces (curry) et salades composées.*

LES RAISINS DE TABLE



Comme pour la vigne à vin, les variétés cultivées de vignes à raisin de table comportent soit des raisins blancs, soit des raisins noirs. De même, les variétés peuvent être précoces ou tardives.

Principales variétés :

Raisins blancs :

- Chasselas de Moissac (petits grains), août à mi-septembre
- Madeleine royale blanc (petits grains), août à mi-septembre
- Italia (gros grains), octobre à janvier.

Raisins noirs :

- Cardinal (gros grains), septembre-octobre
- Alphonse Lavallée (gros grains), septembre à novembre
- Muscat de Hambourg (grains moyens), septembre à novembre.

Après montage et épépinage, les raisins sont principalement utilisés en cuisine sous la forme de petites garnitures d'accompagnement : poissons (filets de sole Véronique), volaille (caille, caneton, magret aux raisins), foie gras, gibier, et dans diverses garnitures automnales et vigneronnes.

Les raisins séchés (déshydratés) de Muscat, de Smyrne, de Corinthe entrent dans la composition de nombreuses préparations (garniture facultative du couscous, du curry, des farces pour volaille, etc.). Ils doivent être lavés soigneusement et réhydratés avant utilisation.

ACHAT ET CRITÈRES QUALITATIFS

Les calibres correspondent au poids minimum en grammes de la grappe liés à la catégorie. Exemples :

• catégorie EXTRA :	grappe à gros grains :	200 g
	grappe à petits grains :	150 g
• catégorie I :	grappe à gros grains :	150 g
	grappe à petits grains :	100 g

La période optimale d'achat se situe d'août à décembre. Le raisin blanc Italia gros grains est souvent disponible au-delà de cette période.

Choisir les grappes bien calibrées, homogènes, de coloration uniforme, à grains peu serrés de grosseur égale, fermes et recouverts d'une fine pellicule de pruine. La rafle (grappe sans les grains) doit être de coupe récente, fraîche et verte.

Refuser impérativement les grappes aux grains mous, flétris, trop serrés, tachetés, moisis ou passés de maturité, et les grappes comportant une rafle rafraîchie ou desséchée.

Stocker le raisin en enceinte réfrigérée spécifique de + 8 °C à + 12 °C. Le sortir une heure avant consommation, afin qu'il retrouve tout son goût.

Les grappes doivent être manipulées avec beaucoup de délicatesse, en les tenant uniquement par la rafle.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES



- Laver soigneusement la grappe de raisin.
- Séparer délicatement les grains de la rafle et les vérifier.



- Selon la variété, peler directement les grains (ôter la peau) à l'aide de la pointe d'un couteau d'office.



• Lorsque la peau est difficile à enlever avec le couteau d'office, monder les grains en les plongeant quelques secondes dans de l'eau bouillante, puis dans de l'eau glacée, ôter la peau délicatement à l'aide de la pointe d'un couteau d'office.



• Epépiner les grains si nécessaire, avec un petit crochet ou un trombone déplié.



Caille aux raisins

LES PRODUITS DE LA PÊCHE

LES POISSONS

(Voir également l'ouvrage «Technologie culinaire» - Editions BPI).

Comme l'ensemble des occidentaux, les Français sont des consommateurs de viandes.
Néanmoins, leur intérêt pour le poisson augmente régulièrement, et tout particulièrement en restauration hors domicile. En effet, la préparation du poisson s'accompagne d'un certain nombre de désagréments (habillage, présence d'arêtes, mauvaises odeurs...).
Cependant, les reproches les plus souvent formulés à son égard concernent un éventuel manque de fraîcheur ou de qualité.
En sortant de l'eau, la chair du poisson est quasiment stérile, puis elle s'altère plus rapidement que la plupart des denrées alimentaires. Il existe une concordance entre certains indices d'altération, témoins des caractères organoleptiques, et les qualités sanitaires bactériologiques.
Lorsque le poisson est laissé trop longtemps à la température ambiante de la cuisine, il se produit alors une fermentation putride qui dégrade les protéines de la chair, avec formation de composés ayant une odeur ammoniacale et fétide.
Les protéines se dégradent en diverses substances, notamment en AMMONIAC (NH_3) et en AMINES VOLATILES, qui confèrent l'odeur si caractéristique de putréfaction.
La dégradation des protéines peut être mesurée par un dosage de ces substances : le TAUX d'ABVT (azote basique volatile total) qui est exprimé en milligrammes d'ammoniac pour 100 grammes de produits analysés. Ce taux est un bon reflet du degré de putréfaction. Le seuil de tolérance est de 100 milligrammes d'ammoniac pour 100 grammes de produit alimentaire.

Pour lutter contre ces altérations, il faut appliquer des mesures de propreté au niveau des manipulations, et généraliser l'usage du froid. Depuis la cale du bateau jusqu'à la consommation, le poisson ne doit subir aucune rupture de la chaîne du froid, et être en permanence recouvert de «glace fondante» (mélange eau et glace qui est à 0 °C).

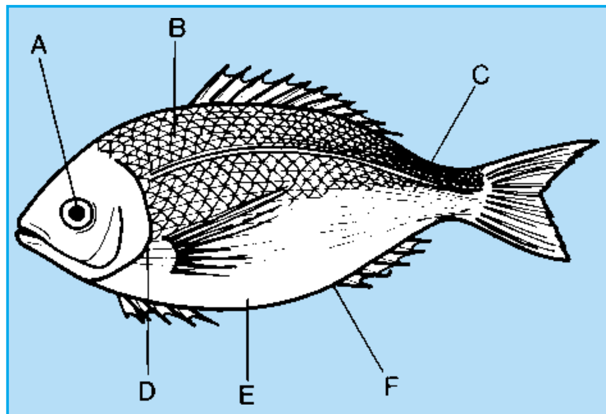
APPRÉCIATION DU DEGRÉ DE FRAÎCHEUR

En cuisine, l'appréciation du degré de fraîcheur des poissons repose uniquement sur l'examen organoleptique qui fait appel aux caractères sensoriels (vue, odeur, toucher). Cependant, cette appréciation n'envisage pas les maladies (parasitoses), larves de nématodes vivantes tels que l'anisaris ou toutes autres anomalies pouvant entraîner un retrait de la consommation.

CARACTÉRISTIQUES DE FRAÎCHEUR

Odeur : douce, agréable, légère.

Aspect général : couleur chatoyante, brillante, avec éclats métalliques et reflets irisés, corps rigide, arqué, consistance ferme et élastique.



A) **Œil** (1)
clair, vif, pupille noire, brillante
convexe, transparent

B) **Ecailles** (2)
fortement adhérentes, brillantes,
éclats métalliques

C) **Peau** (3)
tendue, bien colorée, fermement adhérente aux filets, recouverte selon les espèces d'un mucus transparent

D) **Ouïes**
humides, brillantes, de couleur rosée ou rouge sang

E) **Abdomen**
ferme, élastique, non gonflé, non déchiré et sans tache, péritoine (membrane noire) adhérant à la cavité viscérale

F) **Anus**
hermétiquement fermé

Les caractéristiques de fraîcheur détaillées ci-dessus sont applicables à toutes les espèces. Il existe néanmoins des caractères bien particuliers à certaines espèces :

(1) La concavité de l'œil est un caractère secondaire pour les poissons de grande taille, car les pêcheurs maintiennent souvent ces poissons par les yeux.

(2) Sardines et harengs perdent très facilement leurs écailles et leurs reflets métalliques.

(3) A l'état frais, la peau des roussettes, des chiens de mer et des raies est naturellement sans éclat. Ces poissons sont généralement présentés à la vente dépouillés (saumonette) ou découpés (ailes de raies).

Ils présentent une particularité physiologique : leur sang contient une quantité importante d'urée qui fermente très rapidement et se transforme en ammoniaque dont l'odeur, déjà perceptible en surface sur le poisson frais, s'accentue nettement au cours de l'altération.

Roussettes, chiens de mer, raies ne doivent pas être réservés sous de la glace, mais marqués immédiatement en cuisson, dès leur livraison.

POISSONS COMMERCIALISÉS EN DARNES OU EN FILETS

L'appréciation de l'altération des morceaux de poissons est beaucoup plus difficile, car le nombre de caractères perceptibles est réduit (pas de caractères relatifs à la tête ou à la rigidité générale).

Les filets altérés deviennent collants, friables et de couleur rougeâtre. La couleur de la chair, à l'emplacement de la colonne vertébrale, doit être de la même teinte que le reste de la chair.

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

L'habillage comprend les différentes phases se déroulant chronologiquement au cours de la préparation des poissons : ébarber, écailler (selon les espèces), vider et laver.

L'habillage doit être impérativement réalisé dans une zone éloignée des autres types de préparations, de préférence dans un local réservé aux préparations préliminaires, qui est facile à laver et à désinfecter.

HABILLER DES POISSONS «PORTIONS» RONDS

(MERLAN, TRUITE, ROUGET, BAR, etc.)



Ebarber

- En partant de la queue du poisson vers la tête, supprimer toutes les nageoires et les barbillons (s'il y a lieu) à l'aide d'une grosse paire de ciseaux.
  Se méfier des rayons épineux et des épines venimeuses qui peuvent être dangereux (vives).



- **Parer soigneusement la nageoire caudale** pour lui redonner une forme régulière de «queue de poisson».



Ecailler (poisson comportant des écailles)

- Tenir fermement le poisson par la queue, et gratter méticuleusement toutes les écailles à l'aide d'un couteau écailleur ou d'un couteau à lame rigide.
- Rincer soigneusement le poisson.



Supprimer les branchies (ouïes)

- Soulever les opercules, puis décoller et arracher les ouïes à l'aide de la pointe d'un petit couteau d'office.
  Il est possible de les arracher délicatement à la main, ou de les couper à l'aide de ciseaux.



Vider

- En arrachant les ouïes, il est fréquent de vider partiellement le poisson par les opercules.
  Faire très attention à ne pas casser ou arracher la partie attenante à la tête, et, chez le merlan, la partie abdominale qui peut être gonflée et fragile (surtout au printemps).



- **Inciser** la partie ventrale du poisson sur 2 à 3 cm de longueur, en partant de l'orifice anal et en remontant vers la tête. Une incision plus longue nuit à la présentation finale du poisson.
- Dégager l'intestin, et vider entièrement le poisson. S'il a été vidé par les opercules, s'assurer qu'il ne reste rien.

SUITE

REMARQUE

Les poissons destinés à être farcis par le dos ainsi que les poissons traités à l'anglaise (merlan, truite) ne doivent pas être ouverts par le ventre. Il sont entièrement éviscérés par les opercules.



Cas particulier de la truite
- Dégager et gratter la poche contenant des caillots de sang.
- Introduire l'embout du robinet dans les ouïes, et gratter les caillots de sang à l'aide du manche d'une cuiller.



- **Rincer soigneusement et laisser dégorger le poisson** durant quelques minutes dans de l'eau glacée.



- **Egoutter et éponger délicatement** le poisson avec du papier absorbant.
- Vérifier et ôter si nécessaire les éventuelles traces de péritoine (membrane noire adhérant à la cavité viscérale).

LEVER DES FILETS DE POISSONS «PORTIONS» RONDS (MERLAN, TRUITE, ROUGET, etc.)

(méthodes pour droitier)

1ÈRE MÉTHODE



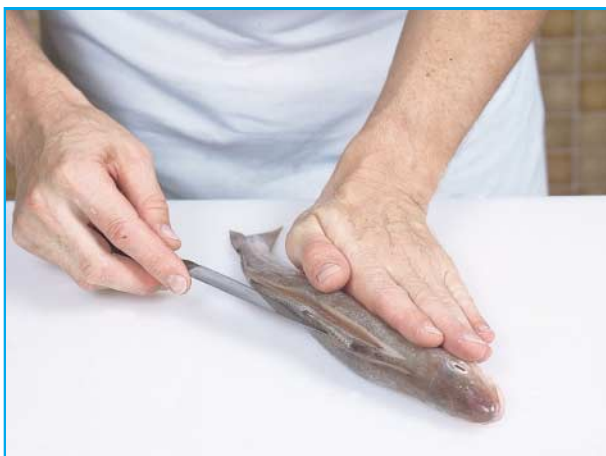
- Eponger délicatement le merlan avec du papier absorbant.
- Le poser bien à plat sur la planche à découper, la queue étant disposée vers soi, et l'épine dorsale placée à droite.
- Poser la main gauche bien à plat sur le merlan pour bien tendre la peau au niveau de l'épine dorsale.
- Inciser le merlan à 1 ou 2 mm au-dessus de l'épine dorsale, et lever délicatement le filet en longeant l'arête.



- Retourner le merlan. Placer l'arête contre la planche, la tête du merlan étant disposée vers soi.
- Pratiquer une incision à 1 ou 2 mm au-dessus de l'épine dorsale, sur toute la longueur du filet, et le lever en prenant soin de ne pas laisser de chair sur l'arête.
- Bien contourner la tête, et monter le plus haut possible pour ne pas laisser de chair là où le filet est le plus épais.

2ÈME MÉTHODE

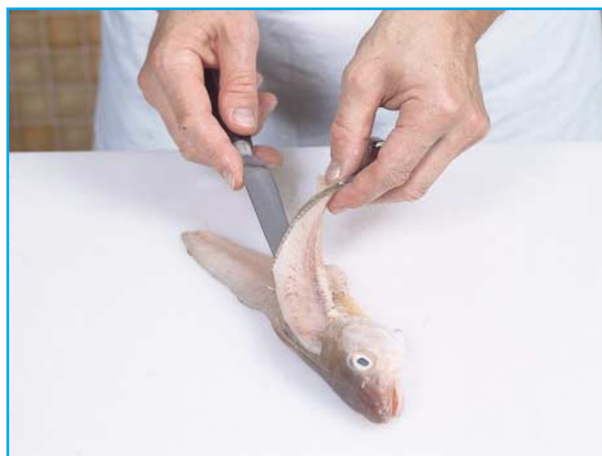
Cette deuxième méthode s'applique au merlan, mais elle est recommandée plus spécialement pour les gros poissons ronds (bar, saumon, colin...).



- Poser le merlan bien épongé à plat sur la planche à découper, la nageoire caudale étant placée vers soi, l'épine dorsale à droite.
- Poser la main gauche bien à plat sur le merlan.
- Inciser le poisson au-dessus et au-dessous de l'épine dorsale, pour commencer à la dégager.



Lever délicatement le premier filet
- Le soulever légèrement et glisser la lame du couteau juste au-dessus de l'arête.
- Bien contourner la tête de manière à ne pas laisser de chair.



Lever le deuxième filet
- Ne pas déplacer le poisson.
- Soulever légèrement l'arête en la dégageant du filet, tout en suivant le tracé de la deuxième incision.
- Le lever délicatement en contournant bien la tête du poisson.



Dépouiller les filets
- Poser les filets bien à plat sur la planche à découper, la partie caudale posée vers soi, la peau du filet placée au-dessous.
- Maintenir le filet par la peau et glisser délicatement la lame du couteau à filets de sole entre la chair du filet et la peau.
- Lui donner un léger mouvement de va-et-vient à l'horizontale.

DÉSARÊTER OU DÉSOSSER DES POISSONS «PORTIONS» RONDS

(MERLAN À L'ANGLAISE, TRUITE FARCIE OU SOUFFLÉE)

(méthode pour droitier)

Habiller le poisson sans l'ouvrir par le ventre, le vider seulement par les opercules (voir page précédente).



- Poser le poisson bien épongé sur la planche à découper, la partie caudale placée vers soi, l'épine dorsale à droite.
- Poser la main gauche bien à plat sur le poisson, pour bien tendre la peau au niveau de l'épine dorsale.
- Inciser le poisson au-dessus et au-dessous de l'épine dorsale, pour commencer à la dégager.
- Bien arrêter l'incision à la même hauteur, au niveau de la tête et de la queue.



- Commencer à lever le filet, sans le dégager de la tête du poisson, et en s'arrêtant à 1 cm environ de la nageoire caudale.



- Retourner le poisson, la tête placée vers soi.
- Lever délicatement le deuxième filet, sans le dégager de la tête, et en s'arrêtant à la même hauteur que pour le premier (1 cm environ de la queue).



- Sectionner l'arête au niveau de la tête et de la queue, en utilisant une paire de ciseaux pointus.



- Retirer délicatement l'arête, en tirant légèrement pour entraîner les éventuelles petites arêtes.
- S'assurer du bon vidage du poisson, ôter les petites peaux noirâtres (péritoine) et les éventuelles traces sanguinolentes.
- Rincer très délicatement le poisson, et l'éponger soigneusement avec du papier absorbant.



UTILISATIONS

Les poissons ainsi désossés peuvent être panés à l'anglaise (merlan à l'anglaise, Colbert, Richelieu) ou garnis d'une farce mousseline de poisson ou de crustacés (truite farcie et soufflée).

HABILLER UN COLIN

(LE COLIN EST GÉNÉRALEMENT COMMERCIALISÉ VIDÉ)



• Ebarber le colin à l'aide d'une grosse paire de ciseaux.
Attention aux rayons épineux qui peuvent être dangereux.



• Ecailler le colin à l'aide d'un couteau écailleur ou d'un couteau à lame rigide.
• Le rincer soigneusement.



Décapiter le colin
• Dégager la tête à l'aide d'un gros couteau de cuisine. La couper légèrement en biais pour ne pas laisser de chair (débarrassée des yeux et des ouïes, la tête peut être réservée pour la réalisation d'un fumet).



• Oter le péritoine (membrane noirâtre), le dégager à la main ou l'essuyer à l'aide de papier absorbant (lorsque le poisson est très frais, le péritoine adhère fermement à la chair).



• Dégager et arracher la vessie natatoire (cordon) à l'aide d'un couteau d'office.
• Gratter ensuite les éventuels caillots de sang.

LEVER DES FILETS DE COLIN

(méthode pour droitier)

Habiller le colin (voir page précédente).



- Dégager la partie thoracique et abdominale de la colonne vertébrale.
- Longer délicatement cette partie renflée de la colonne vertébrale avec les doigts.
- Les faire glisser plusieurs fois de suite, et dégager progressivement l'arête.
- La rompre au niveau de la partie caudale.



Lever le premier filet
- Poser le colin bien à plat sur la planche à découper, la queue placée vers soi, l'épine dorsale à droite.
- Poser la main gauche bien à plat sur le colin (pour tendre la peau au niveau de l'épine dorsale).
- Pratiquer une première incision à 2 ou 3 mm au-dessus de l'épine dorsale, sur toute la longueur du poisson, puis pratiquer une deuxième incision à 2 ou 3 mm au-dessous de l'épine dorsale, pour commencer à dégager l'arête.
- Lever délicatement le premier filet.



Lever le deuxième filet
- Ne pas déplacer le colin, dégager l'arête en glissant le couteau délicatement dessous, et en la soulevant légèrement.
- **Attention !** Ne pas laisser de chair sur l'arête, ne pas taillader le filet car la chair du colin est très délicate et friable.



- Parer le filet et s'assurer qu'il ne reste plus de petites arêtes, ni de peau noirâtre au niveau de la partie thoracique et abdominale (péritoine).



Dépouiller les filets
- Oter la peau à l'aide d'un grand couteau à filets de sole.
- Poser le filet bien à plat sur la planche, la peau placée dessous, la partie caudale vers soi.
- Glisser la lame du couteau entre la chair du filet et la peau.
- Maintenir fermement le filet par la peau, et pousser le couteau devant soi en lui donnant un léger mouvement de va-et-vient à l'horizontale.

ESCALOPER DES FILETS DE COLIN



• Détailler les filets en biais, pour obtenir des escalopes régulières de 120 g à 150 g.

DÉTAILLER UN COLIN EN TRONÇONS



• Détailler des tronçons réguliers, de préférence vers le milieu du poisson. Compter environ 180 g à 200 g par portion.
• Maintenir les tronçons grâce à quelques tours de ficelle.

DÉTAILLER DES DARNES DE COLIN

Voir page 162 «Détailler des darnes de saumon» : technique identique.
Compter également 180 g à 200 g par portion.

HABILLER UN SAUMON



Ebarber le saumon
• Partir de la queue et couper toutes les nageoires en remontant vers la tête.



• L'écailler à l'aide d'un couteau écailleur ou d'un couteau à lame rigide.
• Le rincer soigneusement.



Supprimer les branchies (ouïes)
• Soulever les opercules et couper les branchies à l'aide des ciseaux.
• Faire très attention à ne pas rompre la partie ventrale attenant à la tête.

SUITE



Vider le saumon

- Le vider partiellement par les opercules, en faisant attention à ne pas crever la vésicule biliaire.
- Pratiquer une légère incision au niveau de l'orifice anal, et terminer le vidage très soigneusement.



- En cas de difficulté, utiliser comme crochet le manche arrondi d'une écumoire ou d'un pochon.
- Gratter soigneusement et délicatement la partie intérieure de l'arête pour en extraire les caillots de sang.
  Si le saumon est destiné à être détaillé en darnes, l'ouvrir complètement, les caillots de sang seront plus faciles à retirer.
- Le rincer soigneusement, le laisser dégorger durant quelques minutes dans de l'eau glacée, puis l'éponger délicatement.

REMARQUE

Lorsque le saumon est destiné à être levé en filets, il n'est pas nécessaire de le mettre à dégorger, il suffit de le rincer et de l'éponger soigneusement.

DÉTAILLER DES DARNES DE SAUMON



- Détailler le saumon en tranches régulières de 180 g à 200 g, à l'aide d'un gros couteau à poisson à lame crantée.
- Les darnes de la partie caudale doivent être plus épaisses.
- Parer légèrement la partie ventrale si nécessaire, et bien vérifier qu'il ne reste plus de traces de caillots de sang.
- Réserver les extrémités pour une autre utilisation (rillettes de saumon).



- Maintenir les darnes à l'aide d'un tour de ficelle (seulement les maintenir, ne pas trop les serrer !).

UTILISATIONS

Les darnes de saumon se font généralement griller.

LEVER DES FILETS DE SAUMON (méthode pour droitier)



- Eponger très soigneusement le saumon.
- Le poser bien à plat sur la planche à découper, la queue placée vers soi, l'épine dorsale à droite.
- Poser la main gauche bien à plat sur le saumon pour bien tendre la peau au niveau de l'épine dorsale.
- Pratiquer une première incision à 2 ou 3 mm au-dessus de l'épine dorsale (sur toute la longueur du saumon), puis pratiquer une deuxième incision à 2 ou 3 mm au-dessous de l'épine dorsale, pour commencer à dégager l'arête.



Lever délicatement le premier filet
- Longer l'arête centrale à l'aide d'un grand couteau à filets de sole.
- Lever le filet d'un geste sûr, sans le taillader : il doit être net et lisse. Attention ! il ne doit pas rester de chair sur l'arête.

Lever le deuxième filet
- Ne pas bouger le saumon, dégager l'arête en passant le couteau dessous, et en prolongeant la deuxième incision pratiquée précédemment.



Parer les filets
- Oter la partie ventrale et grasse des filets, ainsi que la base des nageoires dorsales et ventrales.



- Oter délicatement toutes les petites arêtes restantes.
- Les localiser en glissant les doigts sur les filets.
- Utiliser un couteau économe ou une petite pince à mâchoire plate.

(Le filet ainsi préparé peut être fumé, traité cru en marinade, ou encore détaillé en demi-darnes pour rôtir sur la peau ou réaliser des «noisettes»).



Dépouiller les filets
- Oter la peau à l'aide d'un grand couteau à filets de sole.
- Poser le filet bien à plat sur la planche, la peau placée dessous, la partie caudale vers soi.
- Glisser la lame du couteau entre la chair du filet et la peau.
- Maintenir fermement le filet par la peau et pousser le couteau devant soi en lui donnant un léger mouvement de va-et-vient à l'horizontale.

SUITE



Dégraisser le filet
- Oter la couche de graisse grisâtre qui recouvre la partie supérieure du filet.

DÉTAILLER DES ESCALOPES DE SAUMON



- Détailler le filet en biais pour obtenir des escalopes bien régulières de 120 g à 150 g.



- Les aplatir très légèrement à l'aide d'une batte à côtelettes (facultatif selon l'utilisation).
  Cette technique permet d'uniformiser l'épaisseur des escalopes et de régulariser leur durée de cuisson.
- Les placer entre deux feuilles de plastique alimentaire légèrement humides, le côté qui touchait l'arête placé sur le dessus.

DÉPOUILLER UNE QUEUE DE LOTTE

(LA BAUDROIE EST COMMERCIALISÉE ÉTÊTÉE SOUS LE NOM DE «QUEUE DE LOTTE»)



Dépouiller la queue de lotte
- Maintenir fermement la peau en la tirant vers la queue.
- La dégager à l'aide d'un couteau à lame rigide (couteau à dénerver, par exemple).
  La queue de lotte peut éventuellement être ébarbée.



Lever les filets de lotte
- Séparer les deux filets en longeant le cartilage central à l'aide d'un couteau à dénerver ou à désosser.



Parer les filets de lotte
• Oter la partie ventrale et les membranes visqueuses à l'aide d'un grand couteau.



• Parfaire le parage du filet en supprimant toutes les petites peaux grisâtres ou noirâtres.

HABILLER DES SOLES

(SOLES «PORTIONS» À TRAITER MEUNIÈRE (SAUTER), FRIRE, GRILLER, POCHER, FARCIR)



Ebarber les soles
• Remonter légèrement les nageoires de la queue vers la tête pour bien les délimiter.
• Les supprimer à l'aide d'une paire de ciseaux, sans oublier les petites nageoires pectorales et pelviennes.



• Raccourcir la nageoire caudale en lui redonnant la forme d'une «queue de poisson».



Dépouiller la sole (face colorée portant les deux yeux seulement)
• Poser la sole sur la peau blanche, la queue placée vers soi.
• Pratiquer une légère incision au niveau supérieur de la nageoire caudale, gratter avec la lame du couteau pour décoller la peau...

SUITE



• ... ou décoller la peau à la base des nageoires, juste au niveau de la queue, avec les ongles (la peau d'une sole fraîche doit être adhérente et lisse).



• Arracher la peau en maintenant la main bien à plat sur la partie dépouillée pour ne pas abîmer les filets.



• Retourner la sole et écailler la peau blanche (face aveugle dépigmentée).
• L'écailler à l'aide d'un couteau à lame rigide en la grattant de la queue vers la tête.



Vider les soles (elles sont généralement commercialisées partiellement vidées)
• Soulever les opercules et arracher les ouïes à l'aide de la pointe d'un petit couteau d'office.



• Pratiquer délicatement une légère incision de 3 à 4 cm de longueur le long de la partie ventrale.
• Parfaire le vidage et extraire les caillots de sang et la poche contenant les œufs (s'il y a lieu).



• Laver soigneusement les soles à l'eau courante.
• Les laisser dégorger durant quelques minutes dans de l'eau glacée.



• Les contrôler soigneusement une par une, et s'assurer qu'elles sont parfaitement vidées.
• Les égoutter et les éponger sur du papier absorbant.

GROSSES SOLES DESTINÉES À ÊTRE LEVÉES EN FILETS



• Ebarber les soles, puis les dépouiller.
• Arracher d'abord la peau grise en respectant les explications citées pour les soles «portions».



• Retourner la sole.
• Ne pas l'écailler et arracher la peau blanche en maintenant la main bien à plat sur la partie dépouillée pour ne pas abîmer les filets.
• Vider les soles, les laver, les faire dégorger, puis les égoutter.

LEVER DES FILETS DE SOLE



• Poser la sole bien à plat, la nageoire caudale placée vers soi.
• Pratiquer une incision de la tête vers la queue, en suivant la ligne latérale qui sépare les deux filets du dessus.
• Bien contourner la tête, car les filets dorsaux sont plus longs et plus épais que les filets ventraux.



• Pratiquer une autre incision tout autour de la sole, pour séparer nettement la chair des filets, et le début des barbillons des nageoires.



• Glisser la lame flexible du couteau à filets de sole entre l'arête et le filet gauche.
• Dégager le filet en longeant bien l'arête, et en faisant attention à ne pas le taillader : il doit être net et lisse.

SUITE



- Donner un demi-tour à la sole pour que la tête soit dirigée vers soi.
- Lever le deuxième filet en commençant cette fois-ci par la queue (pour les droitiers, le filet à lever doit toujours se trouver à gauche).
- Retourner la sole et lever les deux autres filets en suivant les mêmes indications.



Parer les filets de sole
- Oter les éventuelles traces noirâtres ou rougeâtres présentes sur les filets ventraux.
- S'assurer qu'il ne reste plus de petites arêtes.
- Parer les barbes (s'il y a lieu).



Dénerver les filets
- Oter les membranes «nerveuses» s'il y a lieu (surtout pour les grosses soles pêchées en dehors de la saison).



Inciser les filets (facultatif)
- S'ils sont très gros et «nerveux», pratiquer à la surface des filets (côté peau) de légères incisions pour les détendre, et éviter qu'ils ne se déforment à la cuisson.



- Concasser les arêtes.
- Oter les restes éventuels de caillots de sang.
- Bien les laver, puis les mettre à dégorger.



Faire dégorger les filets et les arêtes
- Les mettre à dégorger durant quelques minutes dans une calotte contenant de l'eau glacée (ne pas prolonger exagérément la durée de trempage).



- Egoutter soigneusement les arêtes, elles peuvent être utilisées précieusement pour la réalisation du fumet de poisson.
- Egoutter délicatement et éponger les filets sur du papier absorbant.



Aplatir les filets

- Placer les filets (le côté touchant l'arête sur le dessus) entre deux feuilles de plastique alimentaire légèrement humides, puis les aplatir légèrement à l'aide d'une batte à côtelettes.

OUVRIR UNE SOLE POUR «COLBERT OU MIREILLE»

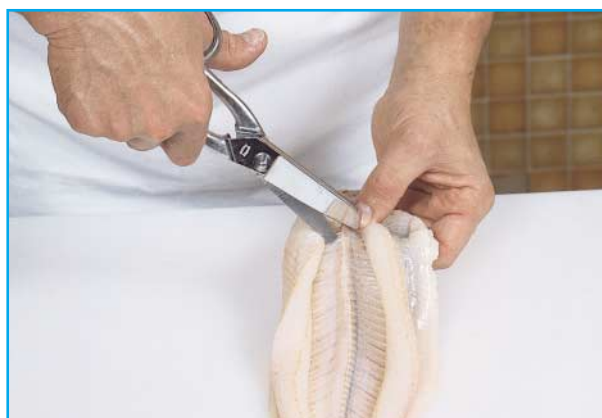
- Ebarber la sole, la dépouiller côté peau grise, puis écailler soigneusement la peau blanche.
- Arracher les ouïes, vider la sole, puis la laisser dégorger et l'égoutter (voir pages précédentes).



- Poser la sole sur la planche à découper, le côté dépouillé placé sur le dessus.
- Pratiquer une incision au milieu de la sole en suivant la ligne latérale, de façon à séparer les deux filets.
- Glisser la lame du couteau à filets de sole entre l'arête et le filet gauche de la sole.
- S'arrêter à environ 1 cm des bords extérieurs pour que les filets ne soient pas complètement détachés.



- Donner un demi-tour à la sole, de manière que la tête soit dirigée vers soi.
- Glisser à nouveau la lame du couteau entre l'arête et le filet gauche de la sole.
- Ne pas le lever complètement, et s'arrêter à environ 1 cm des bords.



- Sectionner l'arête au niveau de la tête et de la queue, en utilisant une paire de ciseaux. Ainsi, l'arête sera plus facile à décoller après la cuisson.

DÉSARÊTER (DÉSOSSER) UNE SOLE POUR FARCIR OU SOUFFLER

Habiller la sole (voir pages précédentes)

- La dépouiller côté peau grise et écailler soigneusement la peau blanche.
- L'ouvrir comme pour une sole «Colbert ou Mireille», en prenant soin de ne pas séparer les filets des bords extérieurs de la sole (voir ci-contre).



- Inciser les bords de l'arête, précisément à la jonction des barbillons (barbes) des nageoires.



- Glisser la lame du couteau à filets de sole juste sous l'arête, pour la dégager.
  Attention ! Ne pas laisser de chair sur l'arête, ne pas percer la peau blanche de la sole (surtout au niveau de la queue où le filet n'est pas épais).
  Les soles soufflées sont présentées la peau blanche placée sur le dessus.



UTILISATIONS

Les soles ainsi désossées peuvent être garnies d'une farce mousseline, d'une Duxelles de champignons, d'un salpicon de poisson ou de crustacés, d'une brunoise, d'une julienne de légumes, ...

HABILLER UNE BARBUE OU UN TURBOT

Barbue et turbot sont souvent confondus : ces deux poissons plats de la même famille (les pleuronectidés) se différencient pourtant par leur forme et leur couleur.

Plus ovale que le turbot, la barbue présente une peau plus grise et lisse. La texture de sa chair est très fine et délicate.

La face colorée du turbot, portant les deux yeux, est de couleur gris verdâtre et recouverte de tubercules épineux. Sa chair est d'une grande finesse, plutôt ferme et gélatineuse.



- Maintenir fermement le turbot ou la barbue par les opercules.
- Si le poisson est trop lourd, le poser sur la planche.
- L'ébarber à l'aide d'une grosse paire de ciseaux.
- Si le turbot est destiné à rester entier pour être grillé ou poché, raccourcir la queue ; sinon, la laisser entière.



- Ecailler la peau blanche de la barbue à l'aide d'un couteau écailleur ou d'un couteau à lame rigide, excepté dans le cas où le poisson est destiné à être levé en filets.



Supprimer les branchies (ouïes)
- Soulever les opercules et dégager les ouïes à l'aide d'une paire de ciseaux (éviter de les arracher à la main, ils peuvent provoquer des petites allergies sans gravité).



Vider le poisson
- Barbue et turbot sont généralement vidés partiellement avant d'être commercialisés.
  Ils comportent fréquemment une ouverture au-dessous de l'opercule présent sur la face colorée.
- Le vider : soit par les opercules, soit par l'ouverture. Bien retirer ce qui subsiste, et tout particulièrement la poche contenant les œufs (s'il y a lieu).

SUITE



- Supprimer soigneusement tous les caillots de sang.
- Inciser le long de l'arête à l'aide de la pointe d'un couteau d'office et gratter toutes les parties sanguinolentes.



Bien laver le turbot
- Placer l'embout du robinet dans l'ouverture des opercules, et gratter soigneusement l'arête pour la débarrasser des restes éventuels de sang.
- Le laisser dégorger dans de l'eau glacée durant une dizaine de minutes.



- Brider le turbot ou la barbue s'ils sont destinés à être traités entiers.
- Passer une ficelle par le milieu de la joue et au-dessous de l'opercule, avec une aiguille à brider.
- Cette bride permet de maintenir la tête plus facilement lors de la cuisson.

DÉTAILLER UN TURBOT EN TRONÇONS



Décapiter le turbot
- Bien contourner la tête, tout particulièrement au niveau des filets dorsaux (à cet endroit, la chair est très épaisse).



Pré-tracer la fente
- Poser le turbot bien à plat sur la planche de travail.
- Pratiquer une légère incision rectiligne au milieu du turbot, à l'aide d'un gros couteau de cuisine, en suivant au départ la ligne latérale (1).
- Partager la nageoire caudale en deux.

(1) La ligne latérale n'existe que chez les poissons téléostéens (poissons osseux) : il s'agit d'un organe sensoriel sensible aux vibrations de l'eau. Le tracé de cette ligne est très apparent chez les pleuronectidés. Outre la reconnaissance des différentes espèces elle permet de séparer nettement les filets et de pré-tracer la fente.



Fendre ou partager le turbot en deux
1ère méthode pour un turbot de petite taille

- Maintenir fermement le turbot par la demi-nageoire caudale, et sectionner l'épine dorsale en suivant l'incision avec le talon d'un gros couteau.
- Taper sans hésitation avec un geste sûr et précis.



2ème méthode pour un turbot de taille moyenne

- Maintenir fermement le turbot par la demi-nageoire caudale.
- Le soulever à la verticale et le fendre en deux, en suivant le tracé.
- Couper avec le talon du couteau par petits coups secs.



3ème méthode pour un turbot de grande taille *(se faire aider par une autre personne)*

- Maintenir fermement le turbot, chacun par une des deux demi-nageoires caudales.
- Le fendre en suivant l'incision avec le talon d'un gros couteau.



Détailler les tronçons

- S'assurer que la colonne vertébrale du poisson ne comporte plus de traces sanguinolentes.
- Le détailler en tronçons réguliers en comptant environ 320 g à 400 g de turbot brut non habillé et non décapité pour obtenir une portion.

SUITE



- Plus épais, les tronçons dorsaux doivent être détaillés moins larges.
- Moins épais, les tronçons de la partie caudale doivent être détaillés plus larges.
- Mettre les tronçons à dégorger durant quelques minutes dans une calotte contenant de l'eau glacée.

LEVER DES FILETS DE BARBUE OU DE TURBOT (méthode pour droitier)



- Poser la barbue ou le turbot bien à plat, la nageoire caudale placée vers soi.
- Pratiquer une incision rectiligne de la tête vers la queue, au milieu du poisson en suivant la ligne latérale.
- Bien contourner la tête car les filets dorsaux sont beaucoup plus épais que les filets ventraux.



- Ne pas pratiquer d'incision tout autour du poisson. Les barbes sont récupérées lors du parage du filet.
- Commencer à lever le filet gauche à l'aide d'un couteau à filets de sole.
- Le dégager délicatement en longeant bien l'arête et en faisant attention à ne pas le taillader, le filet doit être net et lisse.



- Donner un demi-tour au poisson, de manière que la tête soit dirigée vers soi.
- Lever le deuxième filet, en observant les mêmes précautions.



- Retourner le poisson et lever les deux autres filets, en respectant les mêmes indications.



Dépouiller les filets
• Oter la peau à l'aide d'un grand couteau à filets de sole.
• Poser le filet bien à plat sur la planche, la peau placée dessous, la partie caudale vers soi.
• Glisser la lame du couteau entre la chair du filet et la peau.
• Maintenir fermement le filet par la peau, et pousser le couteau devant soi en lui donnant un léger mouvement de va-et-vient à l'horizontale.



Parer les filets
• Supprimer les éventuelles traces rougeâtres ou noirâtres (péritoine) des filets ventraux.
• Dégager les barbes. Elles sont réservées pour d'autres utilisations *(coquilles, crêpes de poisson, salades composées...).*



• Concasser les arêtes, les rincer, puis les mettre à dégorger.
• Faire également dégorger les filets durant quelques minutes dans une calotte contenant de l'eau glacée.
• Les égoutter soigneusement sur du papier absorbant.

ESCALOPER DES FILETS DE BARBUE OU DE TURBOT



• Détailler les filets en biais, de manière à obtenir des escalopes régulières de 120 g à 150 g.



• Les aplatir très légèrement à l'aide d'une batte à côtelettes (facultatif selon l'utilisation).
Cette technique permet d'uniformiser l'épaisseur des escalopes et de régulariser leur durée de cuisson.

DÉSARÊTER (DÉSOSSER) UNE BARBUE POUR FARCIR

Habiller la barbue (voir pages précédentes)

Dépouiller la barbue

- Enlever seulement la peau colorée (la barbue soufflée est présentée avec la face «aveugle» blanche placée sur le dessus).
- Pratiquer comme pour dénerver un filet ou un contre-filet.
- Glisser la lame d'un couteau à dénerver entre la peau et le filet en partant de la tête de la barbue et en descendant vers la queue.



Ouvrir la barbue

- Poser la barbue bien à plat sur la planche à découper, la partie caudale placée vers soi, la face dépouillée sur le dessus.
- Pratiquer une incision au milieu du poisson, et lever le filet gauche sans le détacher complètement des bords.



- Donner un demi-tour à la barbue, de manière que la tête soit dirigée vers soi.
- Glisser à nouveau la lame du couteau entre l'arête et le filet gauche de la barbue.
- Ne pas lever complètement le filet : s'arrêter à environ 2 cm des bords.



- A l'aide d'une paire de ciseaux pointus, inciser les bords de l'arête, juste à la jonction des barbes des nageoires.



- Glisser la lame du couteau à filets de sole juste sous l'arête ; la dégager en prenant soin de ne pas laisser de chair sur l'arête, et sans percer la peau blanche de la barbue.



- Faire dégorger la barbue durant quelques minutes dans de l'eau glacée, puis l'éponger soigneusement.

UTILISATIONS

La barbue ainsi désossée est le plus souvent garnie d'une farce mousseline de poisson ou de crustacés.

LES CRUSTACÉS

APPRÉCIATION DU DEGRÉ DE FRAÎCHEUR ET DE QUALITÉ

Le prix d'achat de certains crustacés est très élevé (homards bretons, langoustes rouges, crevettes roses,...). Le pourcentage de déchets est important par rapport au poids brut (crabes : 65 % environ, crevettes : 50 % environ, homard : 60 % environ). Une attention toute particulière s'impose donc pour le choix des crustacés.

HOMARDS, LANGOUSTES ET CRABES

(ils sont habituellement commercialisés vivants)









Critères de fraîcheur et de qualité	Critères d'altération et de mauvaise qualité
Les acheter bien vivants, nerveux et vigoureux	Pas de réaction, l'animal est mort (pattes pendantes, muscles relâchés) (1)
Rechercher les réactions au niveau de l'œil, des antennes et des pattes	Pas de réaction
A taille égale, choisir les sujets les plus lourds	Crustacés légers et creux
Choisir les gros crustacés à carapace dure, résistante, recouverte de parasites animaux ou végétaux (petits coquillages genre patelles)	Les animaux à carapace molle et propre sont amaigris après la mue
Choisir les homards à carapace très foncée (bleu noir) et mouchetée	Les homards à carapace claire proviennent généralement du Canada
Retourner le crustacé : ses articulations cartilagineuses doivent être gonflées, claires et transparentes	Les membranes cartilagineuses entre les segments sont concaves
Les carapaces supérieures et inférieures des crabes bien pleins se déboîtent facilement	Les deux carapaces sont hermétiquement fermées
La femelle portant des œufs a de fortes chances d'être de bonne qualité et de renfermer du corail	Pas d'œufs

(1) Mais l'animal peut aussi être simplement engourdi par le froid.

SUITE

LANGOUSTINES

(généralement présentées sous glace)



Critères de fraîcheur et de qualité	Critères d'altération et de mauvaise qualité
Œil noir, brillant	Œil décoloré et terne
Aspect luisant	Aspect mat
Membrane thoraco-abdominale résistante, brillante et claire Muscles fermes	Membrane thoraco-abdominale relâchée, terne, devenant verdâtre ou noirâtre
Odeur faible ou nulle	Odeur putride

CREVETTES

(généralement commercialisées cuites)



Critères de fraîcheur et de qualité	Critères d'altération et de mauvaise qualité
Aspect brillant	Aspect terne
Glissant aisément dans la main	Carapace grasse, poisseuse, sensation de chaleur en plongeant la main dans le lot
Odeur douce et agréable	Odeur forte, nauséabonde

TRONÇONNER UN HOMARD

(POUR TRAITER À L'AMÉRICAINE, par exemple)



- Poser le homard bien à plat sur la planche à découper, la tête dirigée vers soi.
- L'insensibiliser en faisant pénétrer la lame d'un gros couteau rigide dans la pointe du rostre (entre les deux antennes).



- Partager le céphalo-thorax en deux en suivant la ligne médiane, et le déboîter de l'abdomen.
- Détacher les pattes et les pinces (enlever les attaches de sécurité) et les concasser légèrement.
- Eliminer la «poche à pierres» et récupérer précieusement le sang, les parties crémeuses et le corail.



- Tronçonner l'abdomen en suivant le tracé des segments (anneaux).

PARTAGER UN HOMARD EN DEUX

(POUR GRILLER, par exemple)



- Poser le homard bien à plat sur la planche à découper, la tête dirigée vers soi.
- L'insensibiliser en faisant pénétrer la lame d'un gros couteau rigide dans la pointe du rostre (entre les deux antennes).
- Partager le céphalo-thorax en deux, en suivant la ligne médiane.



- Donner un demi-tour au homard et partager l'abdomen dans le sens de la longueur.
- Eliminer la «poche à pierres», et récupérer précieusement le sang, les parties crémeuses et le corail.
- Oter les attaches de sécurité (chevilles ou élastiques), et concasser légèrement les pinces.

REMARQUE

Il est courant de pré-cuire au court-bouillon les gros crustacés destinés à être grillés.

CHÂTRER DES ÉCREVISSES

Cette pratique consiste à extraire l'intestin (petit boyau noir dont l'extrémité se trouve sous le milieu de la nageoire caudale), qui risquerait de donner un goût amer après la cuisson des écrevisses.

Cette opération doit être effectuée au dernier moment, juste avant d'utiliser les écrevisses, sinon elles meurent et se vident durant la cuisson.



- Laver soigneusement les écrevisses.
- Maintenir fermement une écrevisse dans la main, dans le sens de la longueur, en ne laissant dépasser que la nageoire caudale.
- Saisir l'écaille centrale de la nageoire (le telson), et l'arracher délicatement en donnant un petit quart de tour à gauche et à droite.
- Veiller à ne pas l'écourter.
- Marquer en cuisson immédiatement.

LES COQUILLAGES

APPRÉCIATION DU DEGRÉ DE FRAÎCHEUR









PRÉCAUTIONS

- *L'origine des coquillages doit être sûre, car ces mollusques filtrent une quantité d'eau considérable et peuvent accumuler des microbes très pathogènes (bacilles typhiques et paratyphiques, salmonelles, virus de l'hépatite, etc.).*

- *Tous les coquillages doivent être impérativement achetés munis de leur étiquette de salubrité attestant qu'ils proviennent d'eaux contrôlées.*
- *Les coquillages bivalves peuvent être conservés dans une enceinte réfrigérée durant quelques jours. Les maintenir dans leur conditionnement d'origine recouvert d'un couvercle et d'un poids pour les maintenir hermétiquement fermés.*
- *Les coquillages consommés crus doivent être ouverts au dernier moment, juste avant leur consommation. Les disposer sur un lit de glace pilée recouvert d'algues soigneusement rincées, pour améliorer leur saveur et les caler.*

Critères de fraîcheur et de qualité	Critères d'altération et de mauvaise qualité
Bivalves Les coquilles doivent être fermées ou se refermer brusquement à la percussion (certaines coquilles pleines de vase ou putréfiées peuvent rester fermées)	Les coquilles sont entrouvertes et ne se referment pas Il faut impérativement jeter ces coquillages
Les coquillages frais sont lourds et ont un son mat au malaxage ; leurs coquilles sont difficiles à ouvrir et elles se referment au toucher	Les coquilles sont légères et ont un son clair au malaxage Elles remontent à la surface de l'eau lors du lavage
Le liquide intérieur est clair et abondant	Le liquide intérieur est trouble ou inexistant
L'odeur est douce et caractéristique	Odeur désagréable de putréfaction, de mazout ou de vase !...
Le bord du manteau touché avec la pointe du couteau doit se rétracter facilement (les coquilles St-Jacques peuvent survivre quelques jours bien que la coquille soit légèrement entrouverte)	Aucune réaction
Univalves (gastéropodes) Les coquilles apparaissent lourdes	Les coquilles apparaissent légères
L'animal est visible et bouge	L'animal semble inerte
L'odeur est agréable	L'odeur est désagréable

OUVRIR DES HUÎTRES CREUSES



- Maintenir l'huître dans le creux de la main, la charnière étant dirigée vers soi.
- Se protéger la main à l'aide d'un torchon très épais, réservé à cet usage.
- Positionner la pointe du couteau face à l'emplacement du muscle adducteur, le pouce à 1 cm du bout de la lame.



- Introduire la lame du couteau, en maintenant l'huître fermement à l'aide de la protection.
- L'introduire à 3 cm environ des bords extérieurs des valves arrondies, juste au-dessus du muscle adducteur.

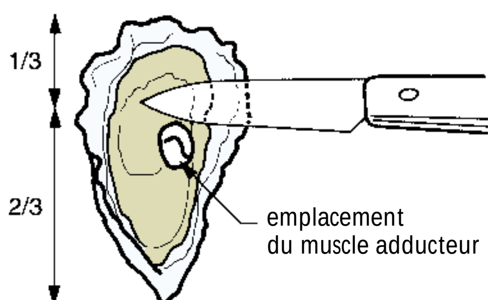


schéma face interne



- Sectionner le muscle adducteur, en ramenant et en descendant la lame du couteau vers soi.



- Soulever la coquille supérieure, et déboîter la charnière.
- S'assurer du parfait état de fraîcheur de l'huître et de l'absence d'éventuelles écailles.
- Jeter une partie de l'eau interne, elle se reconstituera naturellement.
- Les disposer sur un lit de glace pilée.

OUVRIR DES HUÎTRES PLATES



- Maintenir l'huître dans le creux de la main, la charnière dirigée vers l'extérieur.
- Positionner le couteau au niveau de la charnière entre les deux valves.

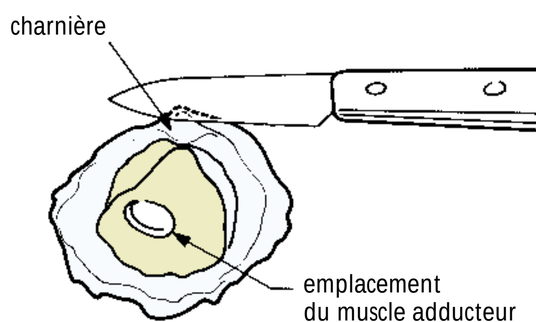


schéma face interne



- Refermer la main appuyant sur la lame du couteau de manière à séparer les deux valves.
- Bien longer la coquille supérieure pour sectionner le muscle adducteur.
- Soulever le couvercle et s'assurer du parfait état de fraîcheur de l'huître.

OUVRIR DES PRAIRES, DES PALOURDES, DES VERNIS OU DES AMANDES



- Positionner la lame du couteau légèrement en biais sur le côté du coquillage, juste au niveau du premier muscle adducteur, puis le sectionner.

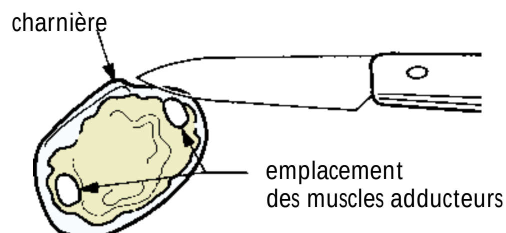


schéma face interne



- Introduire la pointe du couteau, et l'orienter légèrement vers le haut de la coquille supérieure, de façon à ne pas blesser le coquillage et à le décoller de la coquille supérieure.



- Tourner le coquillage, la pointe du couteau toujours orientée vers le haut, et sectionner le deuxième muscle adducteur.
- Oter la coquille supérieure.

REMARQUE

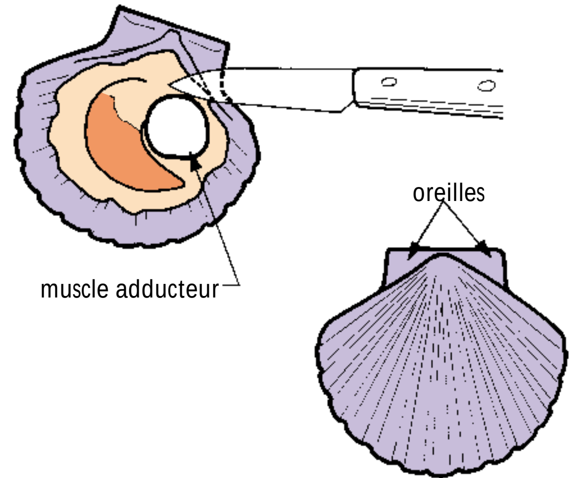
Pour ouvrir plus facilement les praires, inciser en premier entre les deux valves côté charnière, puis sectionner le muscle adducteur ; tourner le coquillage toujours en dirigeant la pointe du couteau vers le haut et sectionner le deuxième muscle adducteur.

Pour les palourdes, commencer directement par le premier muscle adducteur, sans inciser la charnière.

OUVRIR DES COQUILLES SAINT-JACQUES



- Positionner la lame du couteau au niveau du muscle adducteur.
- Il y a généralement une légère fente au niveau des oreilles.





- Introduire la lame du couteau.
- Sectionner le muscle et soulever la coquille supérieure.
- Prendre soin de longer soigneusement la coquille pour ne pas laisser de chair.



- Oter toutes les franges, les viscères et les parties sablonneuses.



• Détacher délicatement la noix et le corail de la coquille à l'aide d'une cuiller.
• Les rincer soigneusement, puis les faire dégorger durant quelques minutes dans de l'eau glacée.



Parer le corail
• Oter toutes les parties noirâtres.



«Dénerver» les noix
• Oter délicatement le muscle adducteur de la noix.

REMARQUE
Selon l'utilisation des coquilles Saint-Jacques, il n'est pas toujours nécessaire de séparer les coraux des noix.

NETTOYER DES MOULES



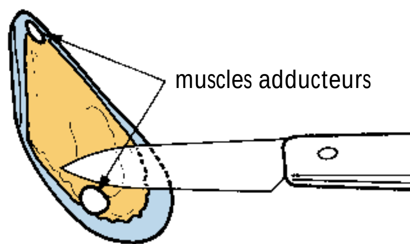
• Gratter les moules, éliminer les filaments fixateurs (byssus), puis les laver soigneusement en les brassant.
• Ne pas les laisser tremper car elles risquent de s'ouvrir et de perdre ainsi leur eau de mer.



• Changer l'eau aussi souvent que nécessaire.
• Les égoutter en les retirant de la calotte avec les mains.

REMARQUE
Les moules élevées à plat sur des fonds sablonneux peuvent contenir du sable ; dans ce cas seulement, les faire tremper dans de l'eau salée, à raison de 20 g de gros sel par litre d'eau, et changer l'eau fréquemment.

OUVRIR DES MOULES





• Séparer légèrement les deux valves en les pressant entre le pouce et l'index.
• Positionner la pointe du couteau et l'introduire au niveau du premier muscle adducteur.
• Le sectionner, en orientant la pointe du couteau vers le haut de la coquille supérieure.



• Contourner le coquillage en maintenant toujours la pointe du couteau vers le haut.
• Sectionner le deuxième muscle adducteur.
• Décoller l'animal avec le dos du couteau.



• Soulever et ôter la coquille supérieure.

OUVRIR DES OURSINS



• Ouvrir l'oursin à l'aide de ciseaux pointus.
• Découper une sorte de petit couvercle, de manière à le vider soigneusement, et à laisser apparaître les cinq langues jaune orangé disposées en forme d'étoile (le corail).

LES ŒUFS

Grâce à leurs composants variés ayant différentes propriétés physiques, les œufs se prêtent à d'innombrables utilisations culinaires (voir l'ouvrage «Technologie culinaire» - Editions BPI).

LA COMMERCIALISATION DES ŒUFS

Selon la nouvelle réglementation communautaire, les œufs sont classés en deux catégories de qualité :

- **catégorie A**
- **catégorie B**

La catégorie C ayant été supprimée, la catégorie B correspond donc aux œufs de deuxième qualité ou déclassés destinés aux entreprises de l'industrie alimentaire agréées et à l'industrie non alimentaire.

MARQUAGE DE LA COQUILLE ET EMBALLAGE DES ŒUFS

A compter du 1er Janvier 2004, la réglementation communautaire rend obligatoire le marquage des coquilles des œufs de la catégorie A au moyen d'un code. Celui-ci précise :

- **le mode d'élevage**
- **le numéro du producteur**

En outre, les petits et gros emballages d'œufs des catégories A et B peuvent porter, à titre facultatif, l'indication du mode d'alimentation des poules pondeuses.

Les catégories B et C sont fondues en une seule catégorie B. Les œufs de catégorie A comprennent deux sous-catégories :

- **les œufs extra-frais**
- **les œufs frais.**



Critères distinctifs

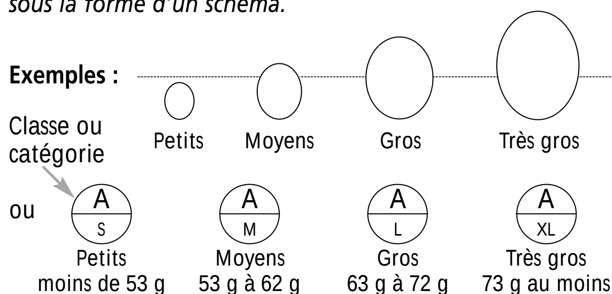
ŒUFS EXTRA-FRAIS	ŒUFS FRAIS
CRITÈRES COMMUNS AUX DEUX CATÉGORIES	
• Œufs non brossés, non lavés, n'ayant subi aucun procédé de nettoyage. • Œufs non brossés, non lavés, n'ayant subi aucun procédé de conservation et maintenus à la température de + 8 °C (cette température ne concerne pas les locaux de vente). • Les coquilles et les cuticules doivent être normales, naturellement propres, intactes, ni fêlées, ni marbrées.	
CRITÈRES PARTICULIERS À CHAQUE CATÉGORIE	
• Collecte au moins deux fois par semaine chez le producteur.	• Collecte pouvant être effectuée seulement une fois par semaine.
• Conditionnés uniquement en petits emballages (moins de 30 unités).	• Conditionnés en «canadiennes» de 360 unités (12 plaques alvéolées de 30 œufs), • ou en petits conditionnements lorsque la banderole rouge «extra-frais» a été enlevée.
• La date de conditionnement doit être portée en clair (jour/mois/année). • La banderole rouge avec le qualificatif «extra-frais» doit être retirée par le commerçant si les œufs n'ont pas été vendus dans les 7 jours suivant la date de conditionnement. A partir de ce moment, les œufs sont commercialisés avec l'appellation «œufs frais».	• La date de conditionnement peut être portée en clair (jour/mois/année) ou simplement par le numéro de la semaine.
• La profondeur de la chambre à air doit être inférieure à 4 mm.	• La profondeur de la chambre à air doit être inférieure à 6 mm.

Le classement par poids et calibres

L'indication de la classe de poids est obligatoire sur les emballages de gros et de détail.

Calibres	Poids
XL : très gros	73 g au moins
L : gros	63 g à 72 g
M : moyen	53 g à 62 g
S : petit	moins de 53 g

Remarque : *sur les petits conditionnements (boîtes de 4, 6, 9, 12, 18), il est fréquent de trouver l'indication du calibre sous la forme d'un schéma.*





PRÉCAUTIONS

Le manque de fraîcheur, considéré jusqu'alors comme le reproche majeur fait aux œufs, n'est plus de rigueur. Les réseaux de collecte et de distribution sont actuellement très performants.

En revanche, l'utilisation des œufs en cuisine et en pâtisserie nécessite l'observation rigoureuse d'un certain nombre de règles d'organisation qui visent à maintenir la qualité hygiénique des œufs.

Les principales recommandations sont les suivantes :

- *Limiter les stocks à leur strict nécessaire (en fonction de la consommation et de la périodicité des livraisons).*
- *Effectuer une rotation logique des stocks (premiers livrés, premiers utilisés).*

A la livraison, vérifier rigoureusement :

- *La date de conditionnement portée sur les étiquettes. Les œufs au «label rouge fermier de Loué» portent la date de ponte imprimée sur la coquille.*
- *L'intégrité des étiquettes qui ne doivent être ni décollées, ni déchirées.*
- *Le parfait état de propreté des emballages et des alvéoles (absence de traces d'humidité ou de coulures d'œufs).*
- *La propreté naturelle et l'intégrité de œufs (ne jamais conserver les œufs sales, fêlés ou cassés).*
- *Le stockage des œufs ; les réserver à l'abri de la lumière, dans leur conditionnement d'origine et dans un local frais et sec. Les stocker à l'écart des produits sensibles (produits nus ou produits finis).*
- *La provenance des œufs ; ils doivent provenir d'établissements agréés. Refuser les œufs provenant de revendeurs non agréés et sans emballage d'origine.*
- *Et enfin, il faut limiter tous les écarts de température (risque de condensation sur la coquille et altération de la cuticule protectrice).*

A l'utilisation :

- *Se laver les mains avant et après les opérations de cassage.*
- *Utiliser du matériel (en acier inoxydable, par exemple) parfaitement propre.*
- *Casser les œufs dans un récipient autre que celui destiné à recueillir l'ensemble (ramequin, par exemple), ceci afin de vérifier la fraîcheur.*
- *Rejeter tous les œufs suspects : odeur ou couleur anormale, œufs à corps étrangers...*
- *Casser les œufs à plat et non sur le bord du récipient destiné à les recueillir (pour que la membrane vitelline ne crève pas).*
- *Ne jamais corner les œufs avec le doigt, ni les clarifier dans la main.*
- ***Ne garder en mise en place (à la température de la cuisine) que la quantité strictement nécessaire au service.***
- *Casser les œufs au fur et à mesure des besoins.*
- *Eviter de conserver la dorure (24 heures maximum à + 3 °C).*

Conseils pratiques :

- *Ne pas placer les œufs sortant de la chambre froide directement dans l'eau bouillante (risque d'éclatement) ; penser à les sortir une trentaine de minutes avant de les marquer en cuisson.*
- *Ajouter une pincée de sel fin aux blancs destinés à être «montés en neige» : ils se développeront davantage (le sel a la propriété de diminuer la viscosité des blancs).*
- *Ecaler les œufs mollets et les œufs durs dans de l'eau froide ou sous un filet d'eau froide coulant entre la coquille et la membrane coquillière, ainsi ils s'écaleront plus facilement.*
- *Eviter le contact direct entre les œufs et du matériel argenté (risque d'oxydation).*
- *Veiller à n'utiliser que des œufs très frais pour les préparations sensibles crues ou peu cuites (sauce mayonnaise, œufs pochés, mollets...).*

REMARQUE

Il faut garder présent à l'esprit qu'un œuf ouvert est un milieu idéal pour la prolifération microbienne. En conséquence, il est préférable de casser les œufs juste au moment de leur utilisation. De plus, le bactéricide naturel contenu dans le blanc (lysozyne) devient inefficace au contact de l'air et ne protège plus l'œuf.

Cette fragilité pose des problèmes aux établissements utilisant davantage de blancs que de jaunes ; dans ce cas, l'utilisation des ovoproduits peut rendre de nombreux services.

LA CUISSON DES ŒUFS AVEC COQUILLE

ŒUFS «À LA COQUE»

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



- 1 russe de grandeur appropriée : trop petite, les œufs risquent de ne pas y être suffisamment immergés, trop grande, les œufs sont projetés lors de l'ébullition contre les parois de la russe et risquent de se casser,
- selon la quantité d'œuf à cuire, choisir une passoire à queue, une araignée ou une écumoire.

BON D'ÉCONOMAT



- Œufs extra-frais maintenus à la température ambiante de la cuisine, à raison de 2 pièces par couvert.
  Vérifier soigneusement l'intégrité des coquilles et éliminer les œufs présentant des micro-fêlures.

TECHNIQUE



- Plonger délicatement les œufs dans l'eau en ébullition durant le temps désiré (2 minutes et demie à 3 minutes et demie, à partir de la reprise de l'ébullition, selon le goût du client et le calibre des œufs).
- Egoutter. Les œufs à la coque peuvent être servis dans un petit légumier contenant de l'eau à + 60 °C maximum.



- Résultat : le blanc est semi-coagulé, le jaune reste liquide.
- Exemples d'utilisations :
  - petits déjeuners, brunchs...
  - œufs au caviar, aux truffes, aux asperges, aux crevettes...

ŒUFS MOLLETS

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



- 1 russe de grandeur appropriée : trop petite, les œufs risquent de ne pas être suffisamment immergés, trop grande, les œufs sont projetés lors de l'ébullition contre les parois de la russe, et risquent de se casser,
- 1 petite passoire à queue (pour les plonger et les retirer tous en même temps),
- 1 calotte ou un bahut pour les rafraîchir,
- 1 plaque à débarrasser pour les écaler.

BON D'ÉCONOMAT



- Œufs frais maintenus à la température ambiante de la cuisine, à raison de 2 pièces par couvert.
  Les œufs extra-frais sont parfois très difficiles à écaler, car les membranes coquillières ne sont pas suffisamment séparées de la coquille.
  Vérifier soigneusement l'intégrité des coquilles et éliminer les œufs présentant des micro-fêlures.

TECHNIQUE



- Plonger délicatement les œufs dans de l'eau en ébullition à l'aide d'une petite passoire à queue.
- Les maintenir immergés le temps désiré, 5 minutes et demie à 6 minutes et demie, selon le calibre des œufs et leur utilisation.
- Les maintenir légèrement en sous-cuisson s'ils doivent être réchauffés.



- Les rafraîchir durant quelques minutes dans de l'eau glacée.

SUITE



• Ecaler en cassant délicatement l'intégralité de la coquille : commencer par le gros bout, en décollant la membrane coquillière de la chambre à air.
• En cas de difficultés, les écaler en immersion dans de l'eau ou sous un léger filet d'eau permettant de décoller plus facilement les membranes coquillières de la coquille.
• Les œufs mollets peuvent être réservés dans de l'eau glacée ou sur une plaque en acier inoxydable légèrement humide.



• Résultat : le blanc est coagulé, le jaune reste crémeux.
• Exemples d'utilisations :
  - œufs mollets florentine
  - œufs mollets Argenteuil
  - œufs mollets Nantua.

ŒUFS DURS

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



- 1 russe de grandeur appropriée : trop petite, les œufs risquent de ne pas y être suffisamment immergés, trop grande, les œufs sont projetés lors de l'ébullition contre les parois de la russe, et risquent de se casser,
- 1 petite passoire à queue (pour les plonger et les retirer tous en même temps),
- 1 calotte ou un bahut pour les rafraîchir,
- 1 plaque à débarrasser pour les écaler.

BON D'ÉCONOMAT



- Œufs frais maintenus à la température ambiante de la cuisine, à raison d'un œuf et demi par couvert.
  Les œufs extra-frais sont parfois très difficiles à écaler car les membranes coquillières ne sont pas suffisamment séparées de la coquille.
  Vérifier soigneusement l'intégrité des coquilles et éliminer les œufs présentant des micro-fêlures.

TECHNIQUE



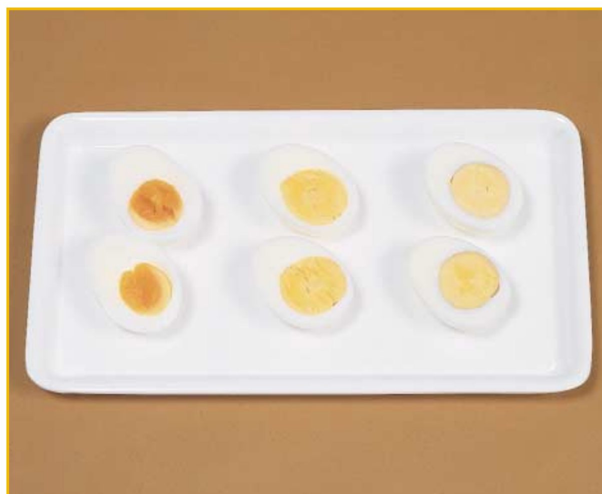
- A l'aide d'une petite passoire à queue, plonger délicatement les œufs dans de l'eau en ébullition.
- Maintenir immergés entre 9 et 11 minutes à partir de la reprise de l'ébullition.
- La durée de cuisson varie selon le calibre des œufs. La durée moyenne généralement retenue est de 10 minutes.



- Ecaler en cassant délicatement l'intégralité de la coquille : commencer par le gros bout en décollant la membrane coquillière de la chambre à air.
- En cas de difficultés, les écaler en immersion dans de l'eau ou sous un léger filet d'eau permettant de décoller plus facilement les membranes coquillières de la coquille.
- Les œufs durs peuvent être réservés dans de l'eau glacée ou sur une plaque en acier inoxydable légèrement humide.



- Les rafraîchir durant quelques minutes dans de l'eau glacée.



- Résultat : le blanc et le jaune sont coagulés.
  S'il n'est pas assez cuit, le jaune reste très orange et crémeux, trop cuit, le jaune sèche et noircit à la circonférence.
- Exemples d'utilisations :
  - œufs durs mimosa, œufs aux crevettes, œufs aux anchois, élément de décor et de présentation de plats froids, œufs farcis Chimay, œufs à la tripe, à l'oseille, aurore, portugaise,...

LA CUISSON DES ŒUFS HORS COQUILLE

ŒUFS POCHÉS

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



- 1 petit sautoir ou une petite sauteuse
- 1 ramequin
- 1 petite écumoire
- 1 calotte ou un bahut
- 1 plaque à débarrasser

BON D'ÉCONOMAT



- Œufs extra-frais maintenus en enceinte réfrigérée jusqu'au moment de l'utilisation, à raison de 2 pièces par couvert,
- Vinaigre blanc (0,05 l par litre d'eau).
  Les œufs peuvent aussi être pochés dans du vin rouge.

TECHNIQUE



- Porter l'eau à ébullition (la hauteur de l'eau ne doit pas excéder 6 à 8 cm).
- Ajouter le vinaigre blanc, et reporter à ébullition.
- Casser les œufs dans un petit ramequin. La masse de blanc globuleux doit être très importante. Si l'œuf s'étale de trop, le réserver pour une autre utilisation.
- Verser les œufs un par un à l'endroit de l'ébullition, puis réduire le feu. L'eau doit juste frémir durant la cuisson.



- Contrôler l'à-point de la cuisson à la pression du doigt, seul le blanc doit être coagulé, le jaune reste crémeux.
- Compter environ 2 minutes à 2 minutes et demie pour un œuf de calibre M (moyen).
- S'il doivent être réchauffés, les maintenir légèrement en sous-cuisson.



• Les rafraîchir durant quelques minutes dans de l'eau glacée.



• Résultat : le blanc doit être coagulé, le jaune reste crémeux.
• Exemples d'utilisations :
  - œufs en gelée et en chaud-froid
  - œufs pochés Bragance
  - œufs pochés Henri IV
  - œufs pochés hollandaise.



• Les ébarber délicatement afin de leur donner une forme régulière.
• Les réserver sur une plaque en acier inoxydable légèrement humide.



Œufs pochés au vin rouge :
• Procéder de la même manière, sans ajouter de vinaigre et sans les rafraîchir.
• Le vin rouge est généralement réduit pour la réalisation de la sauce d'accompagnement.
• Exemples d'utilisations :
  - œufs pochés bourguignonne
  - œufs en meurette
  - œufs pochés «Sans-Gêne».

ŒUFS COCOTTE

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



- 1 sautoir ou une plaque à bain-marie
- des cocottes en porcelaine ou des ramequins (2 par couvert)
- 1 petite russe pour faire fondre le beurre
- 1 pinceau
- 1 petit ramequin
- du papier sulfurisé

BON D'ÉCONOMAT



- Œufs frais à raison de 2 pièces par couvert
- beurre
- sel et poivre

TECHNIQUE



- A l'aide d'un pinceau, beurrer les cocottes avec du beurre en pommade ou du beurre clarifié.
- Assaisonner légèrement le fond des cocottes avec du sel fin, et éventuellement un peu de poivre blanc.



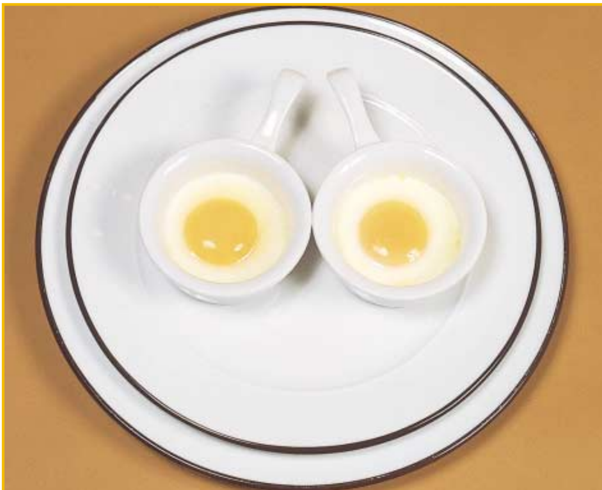
- Casser les œufs un par un dans un petit ramequin, puis les verser délicatement dans les cocottes en faisant très attention à ne pas crever le jaune.



- Appliquer une feuille ronde de papier sulfurisé au fond du sautoir ou de la plaque à bain-marie.
- Disposer les cocottes et verser de l'eau bouillante jusqu'à la moitié de la hauteur des cocottes.



- Démarrer la cuisson sur la plaque du fourneau et laisser cuire les œufs à découvert dans un four doux (150 à 160 °C) durant 5 à 6 minutes, selon l'épaisseur des cocottes.
- Les maintenir légèrement en sous-cuisson. Selon la nature des cocottes utilisées, la cuisson se prolonge légèrement en dehors du four.
- Egoutter et essuyer soigneusement les cocottes.



- Résultat : le blanc doit être presque coagulé, le jaune doit rester crémeux.
- Exemples d'utilisations :
  - œufs en cocotte à la crème
  - œufs en cocotte portugaise
  - œufs en cocotte à la reine
  - œufs en cocotte dieppoise.

ŒUFS SUR LE PLAT

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



- Des plats à œufs selon le nombre de couverts
- 1 petite russe pour faire fondre le beurre
- 1 pinceau
- 1 ramequin

BON D'ÉCONOMAT



- Œuf frais à raison de 2 pièces par couvert
- beurre
- sel, poivre

SUITE

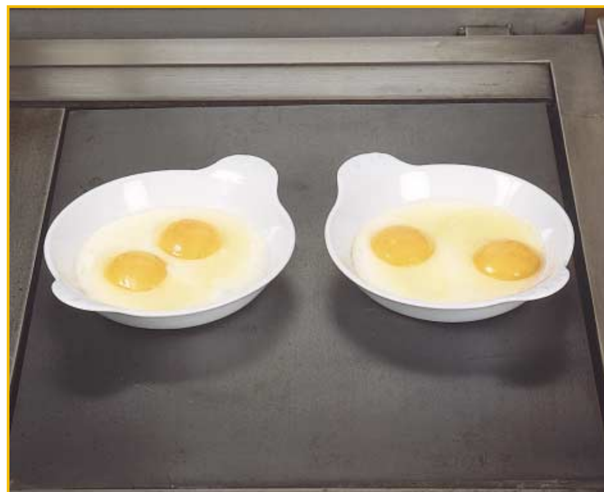
TECHNIQUE



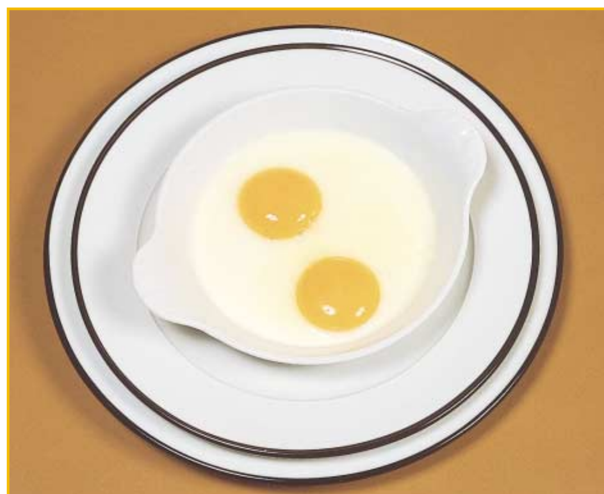
• Beurrer les plats à œufs, à l'aide d'un pinceau.
• Saler et poivrer le fond des plats, **ne pas assaisonner sur les œufs** (risques de traces blanchâtres et noirâtres).



• Casser les œufs un par un dans un petit ramequin, puis les verser délicatement dans les plats à œufs, en faisant attention à ne pas crever le jaune.



• Laisser cuire les œufs tout doucement sur la plaque du fourneau. Tourner les plats régulièrement afin d'obtenir la coagulation homogène du blanc.
• Les œufs au plat ne doivent pas colorer ; si la plaque est trop chaude, isoler les plats de la plaque à l'aide d'une grille.
• Il est possible de terminer la cuisson des œufs soit au four, soit sous la salamandre (œufs au miroir).



• Résultat : seuls, les blancs sont coagulés, les jaunes restent crémeux.
• Exemples d'utilisations :
- œufs sur le plat aux foies de volaille
- œufs sur le plat chasseur
- œufs sur le plat forestière
- œufs sur le plat aux fruits de mer.

ŒUFS SAUTÉS À LA POÊLE

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



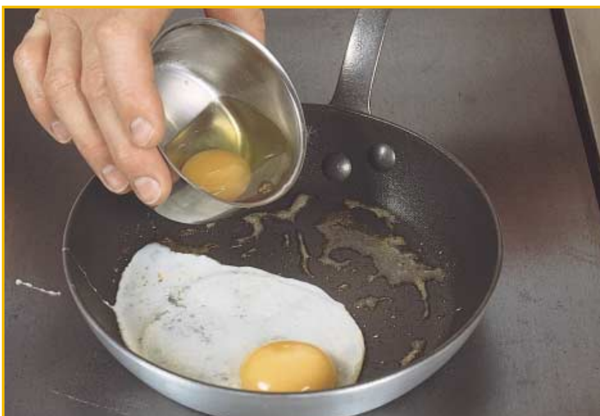
- 1 petite poêle (de préférence anti-adhésive)
- 1 petit ramequin ou une petite assiette

BON D'ÉCONOMAT

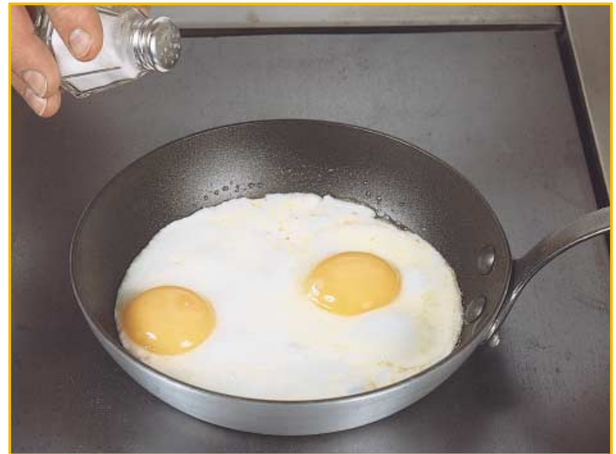


- Œufs frais à raison de 2 pièces par couvert
- beurre
- sel, poivre blanc

TECHNIQUE



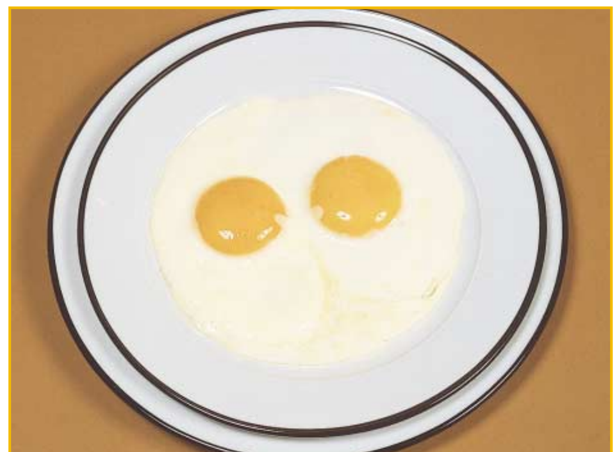
• Verser délicatement les œufs (sans crever les jaunes) dans une petite poêle contenant du beurre très légèrement noisette.



• Assaisonner uniquement les blancs, car sur les jaunes, les traces de sel donnent de petites taches blanchâtres.
• Cuire doucement les œufs avec une légère coloration.
• Les œufs peuvent être retournés (œufs à la diable).



• Les faire glisser délicatement sur une assiette chaude (ils peuvent être parés à l'emporte-pièce).



• Résultat : seuls, les blancs sont coagulés, les jaunes restent crémeux.
• Exemples d'utilisations :
  - petits déjeuners ou brunchs, avec des chipolatas grillées, avec une tranche de jambon, avec des tranches de bacon,
  - hamburger à cheval,
  - médaillon de veau Holstein…

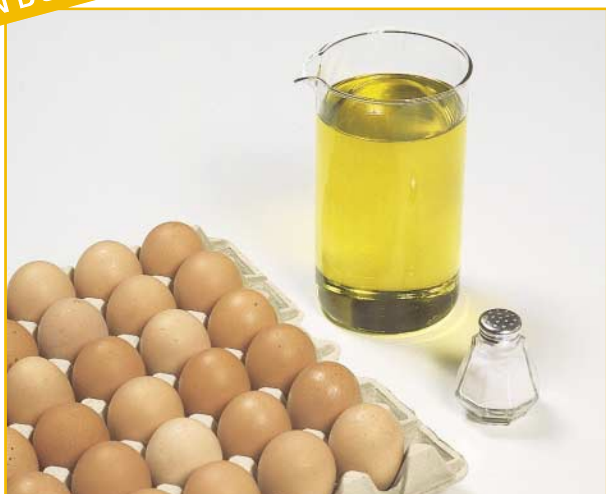
ŒUFS FRITS

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



- 1 petite poêle ronde
- 1 ramequin
- 1 ou 2 spatules bien sèches
- 1 plaque à débarrasser
- du papier absorbant

BON D'ÉCONOMAT

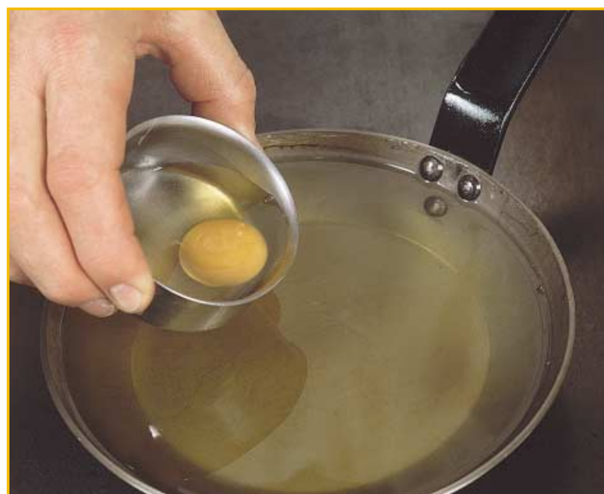


- Œufs extra-frais à raison de 2 pièces par couvert
- huile d'arachide ou pour friture
- sel

TECHNIQUE



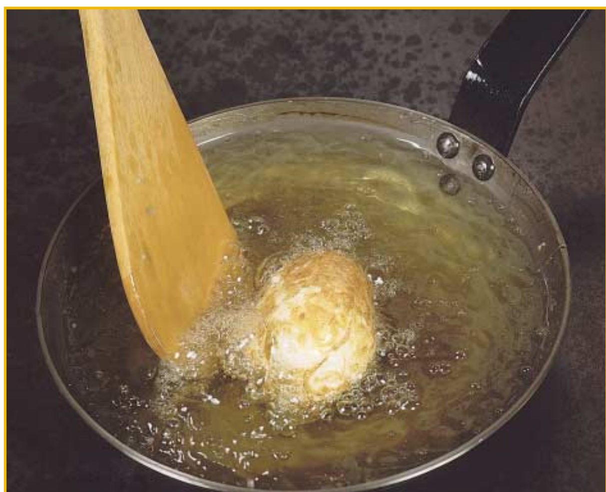
• Remplir une petite poêle d'huile pour friture jusqu'à 2 cm des bords.
• Chauffer l'huile à + 180/190 °C (certains professionnels y plongent les spatules pour les sécher).



• Casser les œufs dans un petit ramequin, puis les verser délicatement, un par un, dans l'huile chaude.



• Façonner immédiatement l'œuf à l'aide des spatules. Rassembler les parties du blanc qui s'échappent.



• Rouler délicatement l'œuf dans la poêle pour lui donner une forme régulière, et régulariser sa coloration.



• Cuire l'œuf frit en le roulant continuellement durant 45 secondes à 1 minute.



• L'égoutter soigneusement sur du papier absorbant.
• Saler.
• Résultat : le blanc est coagulé, légèrement doré et croustillant, le jaune reste crémeux.
• Exemples d'utilisations :
  - œufs frits au bacon
  - œufs frits tyrolienne
  - œufs frits andalouse
  - œufs frits bordelaise.





REMARQUE

Attention ! *La réalisation des œufs frits peut être dangereuse, le bain d'huile est porté à une haute température, les œufs crépitent et des projections d'huile peuvent tomber sur la plaque ou le brûleur. Il est donc nécessaire d'avoir, à portée de main, un chiffon absorbant permettant d'éliminer immédiatement les éventuelles projections.*

LA CUISSON DES ŒUFS HORS COQUILLE

ŒUFS BROUILLÉS

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



- 1 sauteuse parfaitement étamée à fond très épais
- 1 spatule
- 1 calotte en acier inoxydable
- 1 ramequin
- 1 fourchette

BON D'ÉCONOMAT



- Œufs frais à raison de 3 pièces par couvert
- sel, poivre
- beurre ou beurre et crème

REMARQUE

En restauration, il est d'usage de servir trois œufs par personne, mais lorsque les œufs brouillés sont dressés dans une tartelette, une brioche évidée, un feuilleté ou une tomate étuvée, deux œufs par couvert suffisent.

TECHNIQUE



- Casser les œufs dans un ramequin, les examiner, puis les verser dans une calotte.
- Assaisonner.
- Battre et mélanger les œufs à l'aide d'une fourchette (l'appareil peut être passé au chinois).
- Beurrer la sauteuse avec le beurre en pommade.
- Verser les œufs et chauffer lentement sur la plaque du fourneau ou au bain-marie, en remuant sans discontinuer à l'aide d'une spatule.

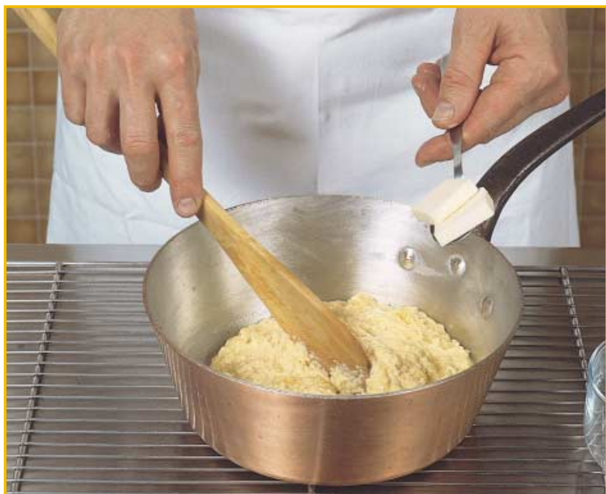


- Ramener vers le centre de la sauteuse les œufs qui coagulent contre le fond et les parois.
- Cuire les œufs brouillés très lentement afin de limiter le risque de coagulation brusque et granuleuse.
- La consistance doit être crémeuse et homogène.

REMARQUE

Pour homogénéiser éventuellement les œufs brouillés, en fin de cuisson, il est permis d'utiliser un fouet à sauce.

ET MÉLANGÉS



- Retirer la sauteuse du feu, arrêter la cuisson en incorporant du beurre en parcelles, ou un mélange de beurre et de crème.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Débarrasser immédiatement les œufs brouillés dans un récipient en acier inoxydable, ou dresser.
  Attention ! Ne pas utiliser de matériel argenté.



- Résultat : les œufs brouillés doivent rester moelleux et crémeux : jaunes et blancs sont juste pris. A la demande du client, ils sont parfois servis «baveux».
- Exemples d'utilisations :
  - œufs brouillés portugaise
  - œufs brouillés grand-mère
  - œufs brouillés Magda
  - œufs brouillés aux truffes en brioche
  - œufs brouillés espagnole.

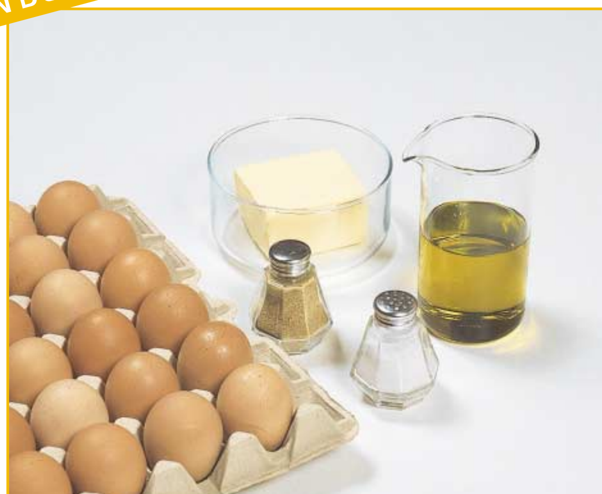
ŒUFS EN OMELETTE

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



- 1 petite poêle ronde, de préférence anti-adhésive
- 1 calotte en acier inoxydable
- 1 ramequin
- 1 fourchette
- 1 petite russe pour clarifier le beurre
- 1 pinceau pour lustrer

BON D'ÉCONOMAT



- Œufs frais à raison de 3 pièces par couvert
- sel, poivre
- beurre
- huile (facultatif), l'omelette peut être réalisée uniquement avec du beurre ou dans un mélange d'huile et de beurre.

SUITE

TECHNIQUE



- Casser les œufs dans un ramequin, les vérifier, puis les verser dans une calotte en acier inoxydable.
- Assaisonner.
- Battre et mélanger les œufs à l'aide d'une fourchette (sans excès). L'appareil peut être passé au chinois.
- Ajouter la garniture (selon la recette).
- Chauffer la poêle avec du beurre clarifié ou un mélange d'huile et de beurre. Lorsque le beurre blondit dans l'huile, verser en une seule fois les œufs battus.



- Avec une fourchette, décoller rapidement les œufs qui commencent à coaguler sur les bords de la poêle, tout en les ramenant vers le centre.

  Attention ! Si le beurre est trop chaud, l'omelette coagule rapidement et se ride.



- Continuer la cuisson en vannant et en mélangeant l'appareil à omelette avec le dos de la fourchette.
  Certains professionnels n'utilisent pas de fourchette, ils vannent leur omelette par un mouvement rotatif qui ramène la partie coagulée des bords vers le centre de la poêle.



- Cuire l'omelette jusqu'à la consistance souhaitée (baveuse, moelleuse, bien cuite).
  Pour obtenir une omelette parfaitement lisse, il faut arrêter de remuer avec la fourchette quelques secondes avant l'à-point de la cuisson.



- Retirer la poêle du feu et la pencher fortement de façon à ramener la première partie de l'omelette (située côté queue de la poêle) sur la deuxième partie.
- A l'aide de la fourchette, lui donner une forme légèrement arrondie (en arc de cercle).



• Ramener la deuxième partie de l'omelette (côté opposé à la queue de la poêle) en donnant un petit coup sec sur l'extrémité de la queue de la poêle : l'omelette se déplace et se roule d'elle-même.



• Rectifier la forme à l'aide de la fourchette : elle doit être légèrement oblongue.



• Arrondir les extrémités de l'omelette en les ramenant légèrement vers le centre.



• Renverser l'omelette sur un plat ou une assiette beurrée.
• Pencher le plat ou l'assiette (sans toucher les bords de la poêle).
• Si nécessaire, rectifier la forme avec du papier absorbant.
• Lustrer au pinceau avec du beurre clarifié.



• Résultat : la cuisson des œufs est presque intégrale, mais l'omelette doit rester moelleuse, elle peut être légèrement colorée (blonde).
Les omelettes peuvent être servies roulées, fourrées ou plates.
• Exemples d'utilisations :
- omelette nature
- omelette aux fines herbes
- omelette aux champignons
- omelette au jambon
- omelette aux oignons
- omelette chasseur
- omelette portugaise
- omelette aux fruits de mer.

CASSER DES ŒUFS

Aussi simple que cela puisse paraître, casser des œufs nécessite un certain nombre de précautions d'hygiène (voir également le livre «Technologie culinaire» - Editions BPI).

Il est indispensable de se laver les mains avant et après les opérations de cassage, et d'utiliser du matériel parfaitement propre en acier inoxydable de préférence.

Les œufs du commerce n'ont pas été lavés, ni brossés. Un œuf ouvert devient un milieu idéal pour la prolifération microbienne, d'autant plus que le bactéricide naturel contenu dans le blanc (lysozyme) devient inefficace au contact de l'air et ne protège plus l'œuf. En conséquence, il est vivement conseillé de casser les œufs juste au moment de leur utilisation.



- Casser l'œuf directement sur le plan de travail et non sur le bord d'un récipient. Le casser vers son milieu d'un coup sec, sans hésitation (casser les œufs sur le bord d'un récipient provoque un choc qui risque de crever la membrane vitelline du jaune qui peut alors se mélanger au blanc).
- L'ouvrir et le verser dans un petit ramequin.



- Vérifier son aspect et son odeur.
- Rejeter impérativement tous les œufs suspects (odeur ou couleur anormale, œufs à corps étranger).
- Ne pas corner la coquille avec les doigts (risque de contamination supplémentaire, car les doigts ont touché l'extérieur de la coquille qui peut porter des salmonelles).
- Verser les œufs cassés un par un dans un autre récipient destiné à la préparation.

CLARIFIER DES ŒUFS



- Casser l'œuf directement sur le plan de travail, en respectant les précautions citées ci-dessus.



- Séparer le jaune du blanc en le basculant plusieurs fois d'une coquille à l'autre.
- Ne pas couper avec le doigt le blanc restant sur la coquille.



PRÉCAUTIONS

Ne jamais les clarifier dans la main (gros risque de contamination).

CONFECTIONNER DE LA DORURE

En fin de cuisson, la dorure procure aux pâtes un aspect brillant et doré : cette sorte de «vernis» rend les préparations plus appétissantes.

Selon les pâtes à dorer, la dorure peut être réalisée à partir d'œufs entiers, d'œufs entiers additionnés de jaunes, de jaunes seuls, d'œufs entiers ou jaunes additionnés d'eau ou de lait.

Dans certains cas de décors particuliers (pâte morte, par exemple), le jaune peut être détendu avec du caramel, de l'extrait de café ou de l'arôme Patrelle. Le lait salé ou sucré est également utilisé pour dorer une première fois les croissants, les brioches et les petits pains au lait : il présente alors l'avantage d'éviter le dessèchement en surface des pâtes placées dans l'étuve, lors du pointage.

TECHNIQUE



- Battre les œufs entiers avec une petite pincée de sel (facultatif) : environ 10 g de sel pour 1 litre d'œufs.
- Le sel rend la dorure plus fluide et procure une teinte plus cuivrée.



- Passer la dorure au chinois étamine pour en éliminer les germes, les chalazes et les éventuels petits morceaux de coquille. Passer la dorure au chinois permet aussi d'obtenir une dorure plus homogène et plus facile à utiliser au pinceau.

REMARQUE

La dorure doit être réalisée au moment de son utilisation. Toutefois, elle peut être réservée en enceinte réfrigérée, sans le pinceau, durant 24 heures au maximum.

Il est toujours préférable de donner deux couches fines de dorure, plutôt qu'une seule couche épaisse qui risque de couler sur la plaque ou dans le moule. En coagulant, les œufs empêchent le développement des pâtes et risquent de les faire attacher aux moules.

DORER

PÂTE À CHOUX



- Dorure à base d'œufs entiers additionnée éventuellement d'eau ou de lait.
- Dorer délicatement en une seule fois avant de quadriller et d'enfourner.
- **Attention !** Ne pas faire couler la dorure sur la plaque

PÂTE FEUILLETÉE



Dorer en deux fois :
- Une première fois, avec de la dorure détendue avec de l'eau ou du lait, avant la mise au repos de la pièce.
- Une seconde fois avec des œufs entiers, avant le rayage et l'enfournement.

PÂTE À BRIOCHE



Dorer en deux fois :
- Une première fois, avec de la dorure détendue avec de l'eau ou du lait, juste avant la mise en étuve.
- Une seconde fois à l'œuf entier, avant de l'inciser et de l'enfourner.

LA VIANDE DE BOUCHERIE

(Voir également le livre «Technologie culinaire» - Editions BPI)

Le terme «viande de boucherie» désigne la chair musculaire des animaux comestibles. En cuisine, ce terme s'applique plus spécialement à la chair des bovins, ovins, caprins, porcins et équidés.

Conventionnellement, en restauration, les viandes de boucherie sont classées par rapport à la couleur de la chair, de la manière suivante :

- **Les viandes rouges :** bœufs et tous les animaux adultes de la même espèce (vache de réforme, mouton, cheval, bien que cette dernière fasse souvent l'objet d'une commercialisation à part).
- **Les viandes blanches :** veau, agneau de lait, chevreau (lorsqu'il n'est pas commercialisé par le volailler).
- **La viande de porc, légèrement rosée :** elle peut être commercialisée soit par le boucher, soit par le charcutier.

CRITÈRES QUALITATIFS

Déterminer avec précision la qualité de la viande de boucherie (consistance après cuisson, flaveur, succulence) et tout particulièrement celle de la viande de bœuf est un acte très difficile qui demande une grande habitude et une sérieuse compétence.

L'appréciation visuelle de la viande commercialisée fraîche, en quartiers ou en muscles entiers et non conditionnés, repose sur l'examen des qualités physiques et organoleptiques suivantes :

- **L'aspect :** masses musculaires volumineuses, compactes, massives, rebondies, fermes mais souples sous la pression du doigt.
- **La couleur :** rouge vif, brillante et soutenue pour le bœuf et le mouton, sans traces d'oxydation, de noircissement ou de verdissement ; blanc satiné avec des reflets irisés pour le veau ; rosé clair sans trace d'exsudation pour le porc.
- **L'odeur :** douce, agréable, caractéristique de l'animal, jamais trop accentuée, ni sucrée, ni acide, ni putréfiée.
- **La finesse du grain à la coupe transversale :** faisceaux de muscles fins, courts, non rugueux et à peine prononcés, sans traces trop importantes de tissus aponévrotiques.
- **L'aspect et la couleur de la graisse :** abondante autour des organes (rognons), blanche, très ferme, très fine pellicule sous-cutanée sans amas graisseux, présence de «marbré» et de «persillé».

APPRÉCIATION DE LA QUALITÉ OFFICIELLE

A l'abattoir, les carcasses des animaux reçoivent une cotation officielle, sous la forme de lettres et de chiffres apposés sur les faces externes des quartiers.

Pour le bœuf et le mouton, deux critères de qualité sont retenus :

- **la conformation**, caractérisée par la grille E.U.R.O.P.,
- **l'état d'engraissement** défini par cinq chiffres (1 - 2 - 3 - 4 - 5).

Pour le veau, une numérotation de 1 à 4 s'ajoute en fonction de la couleur de la viande :

1 blanc - **2** rosé clair - **3** rosé - **4** rouge

Les critères sont différents, lorsqu'il s'agit d'une viande commercialisée parée, désossée, piécée, pelliculée (sous film alimentaire), conditionnée sous vide d'air ou sous atmosphère contrôlée ou surgelée, le conditionnement rendant tout contrôle impossible.

La qualité organoleptique est directement liée à l'origine de la bête :

- **La race :** normande, limousine, charolaise, Salers, angus (Aberdeen).
- **La nourriture**.
- **L'état d'engraissement**.
- **L'âge, le sexe**.
- **L'état de santé de l'animal**.
- **Les conditions d'abattage :** le pH (1) de la viande est étroitement lié au stress de l'animal avant et durant l'abattage. Le pH a une influence très importante sur la maturation et la durée de conservation de la viande. Au-dessus d'un pH de 5,8 la viande est dite «fiévreuse» et se conserve très mal.
- **La provenance anatomique du morceau :** définie par la catégorie. Les quartiers arrière, morceaux à cuissons rapides, sont réputés pour être tendres. Les quartiers avant sont composés pour la plupart de morceaux à cuissons lentes. Ces morceaux sont riches en zones aponévrotiques (membrane fibreuse qui entoure les faisceaux de muscles) détruites naturellement par les enzymes (collagénases) lors de la cuisson prolongée.
- **Le degré de mortification ou de maturation :** pour être tendre et savoureuse, la viande des bovins adultes doit être maturée dans des conditions d'hygiène strictes, durant une période de 8 à 10 jours minimum.

REMARQUE

En matière de traçabilité, le Document d'Accompagnement Bovin (D.A.B.) permet une identification précise de l'origine de l'animal. Les différents signes de la qualité (AOC, labels, Agriculture biologique...) indiquent une qualité déterminée et contrôlée (voir le livre «Technologie culinaire» - Edition BPI).

(1) pH «potentiel hydrogène» : unité de mesure de l'acidité d'un produit. La valeur 7 indique la neutralité. Au-dessous, le produit est acide, au-dessus, il est alcalin. Un pH acide limite le développement de la flore pathogène.

TABLEAU SIMPLIFIÉ DE LA GRILLE DE CONFORMATION ET DE L'ÉTAT D'ENGRAISSEMENT

LETTRE	CONFORMATION	CHIFFRE	ENGRAISSEMENT
E	supérieure	1	maigre
U	très bonne	2	ciré ou peu couvert
R	bonne	3	couvert
O	assez bonne	4	gras
P	passable	5	très gras

LE STOCKAGE ET LA CONSERVATION DE LA VIANDE

• VIANDE FRAÎCHE, EN CARCASSES OU EN GROS MORCEAUX RÉFRIGÉRÉS

La viande est suspendue en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum, les morceaux sont suffisamment séparés pour permettre à l'air froid de circuler et le degré hygrométrique est contrôlé.

Selon le degré de mortification et grâce à la protection de la couverture aponévrotique, les carcasses peuvent se conserver durant quelques jours, mais il faut savoir que l'on observe des pertes de poids par évaporation de l'eau pouvant aller jusqu'à 1 % par jour.

• VIANDE FRAÎCHE RÉFRIGÉRÉE, EN MUSCLES PARÉS OU PIÉCÉS

La choisir de préférence conditionnée en barquettes alvéolées, filmées ou soigneusement pelliculées.

Cette viande élaborée est très fragile du point de vue bactériologique. Contrôler scrupuleusement la D.L.C. Elle doit être stockée à + 2 °C et utilisée dans les plus brefs délais.

• VIANDE RÉFRIGÉRÉE, CONDITIONNÉE SOUS VIDE ET SOUS ATMOSPHÈRE CONTRÔLÉE

La viande conditionnée sous vide apparaît souvent assez foncée. L'absence d'oxygène modifie la couleur et favorise le développement de la flore lactique qui, outre son rôle dans la mortification et la tendreté de la viande, limite le développement de la flore pathogène.

En revanche, dans le cas d'un conditionnement sous atmosphère contrôlée, les enzymes ne se développent plus et la maturation est bloquée.

Le conditionnement comporte une DLC et la température de stockage est impérativement de 0 à + 2 °C maximum. Au-delà de cette température, des modifications biochimiques peuvent apparaître (développement de la flore putréfiante, verdissement, gonflement de la poche avec dégazage important lors de l'ouverture). Le produit peut être sain bactériologiquement, mais riche en ferments maléolactiques qui lui confèrent une odeur acide et un léger goût piquant.

Avant son utilisation, il est nécessaire d'oxygéner la viande, en ouvrant les poches 20 minutes à l'avance ; elle retrouve alors sa couleur originelle et perd son odeur et son goût de «sous-vide». La viande déconditionnée est placée sur grille dans un «bac gastro», maintenue en enceinte réfrigérée à + 2 °C et utilisée immédiatement.

• VIANDE CONGELÉE ET SURGELÉE

Après tous les contrôles d'usage *(voir chapitre sur les procédés de conservation «Technologie culinaire» - Editions BPI)*, la viande congelée ou surgelée est placée immédiatement dans un conservateur à - 18 °C minimum.



Lors de la décongélation, les grosses pièces sont placées sur grilles en enceinte réfrigérée. Elles doivent décongeler lentement et ne pas baigner dans leur éventuel exsudat.

Les petites pièces et les steaks hachés sont traités sans décongélation péalable.

Leurs temps de cuisson est réduit d'un quart et elles doivent être fortement saisies afin de favoriser la formation rapide d'une croûte superficielle s'opposant à la sortie du sang.

Les viandes congelées et surgelées comportent une date limite d'utilisation optimale (DLUO) écrite sous la forme suivante : *à consommer de préférence avant le...*

LE MOUTON, L'AGNEAU

Le mouton est commercialisé en France à l'état jeune sous l'appellation d'agneau. La viande est plus fine et son goût moins prononcé.

Le plus souvent, l'agneau est commercialisé entier. Sa découpe est aisée et tous les morceaux sont utilisables.

Un agneau de «100 jours» pèse environ de 40 kg à 45 kg et procure une carcasse de 20 kg à 25 kg, soit 50 % à 55 % de rendement.

DÉCOUPER L'AGNEAU ENTIER



Délimiter l'emplacement de l'épaule
- Inciser la peau en arc de cercle à une largeur de main de la jointure de l'humérus et du cubitus, en cernant l'omoplate.



Lever l'épaule
- Tirer l'épaule vers soi tout en coupant la membrane qui retient l'épaule au corps.
- L'épaule vient facilement, il n'y a pas de jointure.



Le baron d'agneau
- Il représente l'ensemble des deux gigots et de la selle anglaise. Une fois préparé, c'est un morceau de choix pour une table de 25 à 30 couverts.



Séparer la selle anglaise
- Couper les chairs au couteau, à ras de la première vertèbre lombaire.
- Terminer la coupe de la colonne vertébrale à la scie.
  La selle anglaise correspond aux 6 vertèbres lombaires.



Séparer les deux gigots (le double)
- Démarrer la coupe en incisant l'extrémité de la queue.
- Terminer à l'aide d'une feuille à fendre, au milieu de la colonne vertébrale.



Séparer la poitrine des carrés
- Scier les os de la cage thoracique selon une ligne allant du collier jusqu'à la première côte.



Couper le collier (ou collet)
- Le scier à hauteur de la dernière côte découverte.



Séparer les carrés
- Piquer une aiguille à brider dans la moelle épinière.
- Les séparer à l'aide d'une feuille à fendre, en se guidant le long de l'aiguille.



Terminer les carrés
- Fendre en suivant parfaitement le milieu de la colonne vertébrale.



L'agneau découpé
- Tous les différents morceaux séparés sont prêts à être traités séparément.

SUITE

PRÉPARER LE GIGOT

La cuisse de l'agneau s'appelle «**gigot**». Son poids varie de 2,600 kg à 3 kg. Il est servi pour 10 à 14 personnes. En cuisine, il est généralement préparé avec la «**selle de gigot**».

La selle de gigot peut être enlevée, dans ce cas il est dénommé «**gigot raccourci**» et il est alors servi pour 8 à 10 couverts.



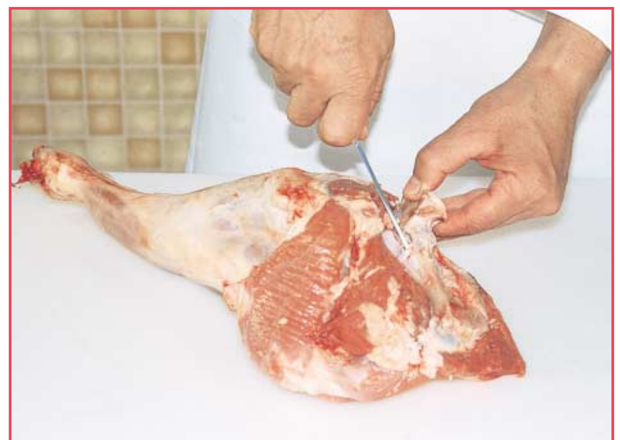
Eliminer la queue (si présente)
- Appuyer le plat de la lame à la base de l'os du quasi. Glisser sous la jointure de l'os de la queue, en soulevant légèrement la lame. Dégager, puis sectionner complètement la queue.



Contourner l'os du quasi
- Eliminer délicatement le canal urinaire et décoller le filet sans le séparer.
- Décoller avec soin la chair qui recouvre l'os du quasi en commençant par le côté queue.



- Continuer à éliminer l'os du quasi en le laissant le plus blanc possible.



Sectionner la jointure avec le fémur
- Exercer une torsion sur l'os du quasi et sectionner les tendons de la jointure avec le fémur.



Eliminer l'os du quasi
- Tout en tirant l'os vers l'extérieur, couper le cartilage de sa base pour pouvoir arracher l'os du quasi.



Oter la peau parcheminée (elle peut être retirée en premier)
- Couper un peu de graisse sur le bord interne du gigot pour pouvoir obtenir une prise sur la peau.
- Arracher la peau avec soin en bloquant le gigot avec la main gauche.
- Couper la peau dès que la chair risque d'être arrachée.



Dégager le manche
- Sectionner le tendon le long de l'os, en prolongeant la coupe légèrement jusque sur la noix (il devient dur après cuisson).



Manchonner le gigot
- Couper l'extrémité de la souris à 3 ou 4 cm, et gratter soigneusement l'os.
- Scier l'os à son extrémité.



Dégraisser le gigot
- Eliminer la pellicule de graisse à l'intérieur du gigot.



Ficeler le gigot
- Ficeler le gigot pour lui conserver sa forme et régulariser la cuisson.

REMARQUE
Il est également possible de commencer par dégraisser et ôter la peau parcheminée du gigot.

SUITE

DÉSOSSER UN GIGOT



• Parer, éliminer la peau parcheminée et dégraisser partiellement le gigot (si nécessaire).



• Déboiter et éliminer l'os du quasi et de la queue.
• Parer la crosse et manchonner.



• Dégager délicatement la tête du fémur.
• La contourner et dégager «à blanc» une partie de l'os.



• Retourner le gigot et sectionner les tendons de l'articulation du genou.
• Dégager la rotule et la deuxième partie du fémur.



• Exercer une légère torsion et dégager l'os.



• Ficeler le gigot comme précédemment.

PRÉPARER UNE ÉPAULE D'AGNEAU

Son poids varie de 1,600 kg à 2 kg. Elle peut être cuisinée telle quelle, non désossée. Une fois désossée, elle peut être découpée en morceaux pour la préparation des ragoûts (navarins). Roulée et ficelée, elle sera rôtie, poêlée ou braisée. Avec une épaule, on sert 6 à 8 personnes.



Oter la peau parcheminée
- Procéder de la même manière que pour le gigot en démarrant de la palette.
- Couper la peau dès que la chair risque d'être arrachée.



Eliminer la palette (omoplate)
- Fendre la chair sur la palette.
- Dégager soigneusement la chair de chaque côté.



- Passer la lame sous la palette, et décoller la chair sous l'os. L'opération est facilitée en exerçant une pression pour tendre la viande.



- Courber la palette pour faire ressortir l'articulation et couper les tendons qui la rattachent à l'humérus.



- Maintenir fermement l'épaule avec la main.
- Arracher la palette en la tirant vers l'extérieur.

SUITE



Eliminer l'humérus et le cubitus
- Inciser le long de l'humérus. Gratter l'os pour le mettre à nu, et le dégager jusqu'à la jointure avec le cubitus.



- Répéter l'opération sur le cubitus.



- Plier les os à l'articulation.
- Les maintenir ensemble, et les dégager en coupant les chairs le long de «l'ergot» de l'humérus.



Ficeler l'épaule
- Ramener le jarret à l'intérieur de l'épaule.
- La rouler sur elle-même (elle peut également être ficelée en «melon»).
- La ficeler fermement.

PRÉPARER UN CARRÉ D'AGNEAU

Il est composé de 5 côtes premières et des 3 côtes secondes. Son poids varie de 0,800 kg à 1,200 kg et il est généralement servi pour 4 personnes.



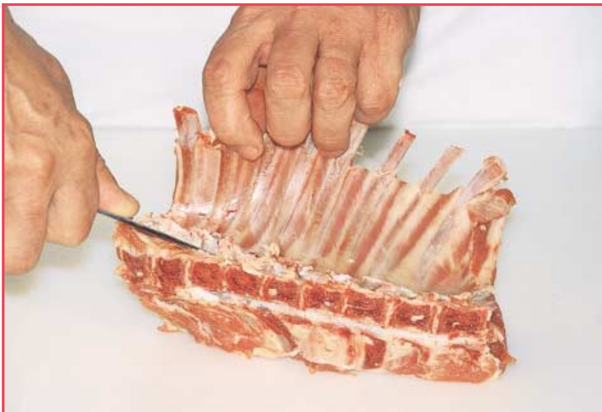
- Dégager le cartilage de l'omoplate.



Oter la peau parcheminée
- Décoller légèrement (au couteau) la peau en haut des côtes.
- La maintenir fermement et l'arracher en la roulant dans la main.
- Dégraisser partiellement le dessus du carré si nécessaire. Garder environ 5 mm de graisse au maximum.



Manchonner le carré
- Couper la peau qui recouvre l'intérieur de l'extrémité des côtes sur 2 cm.
- Gratter l'os de l'autre côté pour dégager l'extrémité des côtes.
- Couper proprement la chair ainsi dégagée.



Désarticuler les vertèbres
- Glisser la pointe du couteau à la base de la côte et cerner complètement l'articulation afin de désolidariser la côte des vertèbres.



Eliminer la colonne vertébrale
- Contourner les vertèbres une par une, et les éliminer en grattant bien le long de os pour ne pas laisser de chair.



Eliminer le nerf dorsal
- Dégager légèrement le nerf à une extrémité.
- L'éliminer en le coupant tout le long du carré (à la cuisson, le nerf deviendrait dur et déformerait le carré).



- Gratter et éliminer les aponévroses le long des côtes à l'intérieur du carré.

SUITE

Autre méthode :



• Dégager sans excès les demi vertèbres jusqu'à l'articulation des côtes, en maintenant le carré bien à plat sur la planche à découper.



Sectionner et éliminer les demi vertèbres
• Placer le carré bien à plat au bord de la planche. Sectionner d'un coup net les os à l'aide d'un gros couteau ou d'une feuille à fendre.
• Réserver les os et les parures pour le jus de rôti.



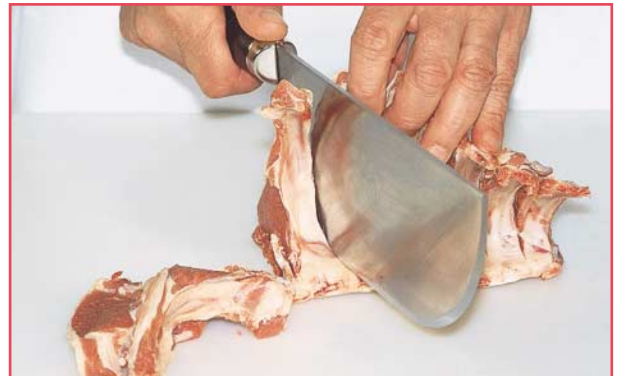
Inciser la graisse (quadriller)
• Facultative, cette méthode permet une meilleure pénétration des assaisonnements et de la chaleur lors de la cuisson. Quadriller la graisse sur une profondeur de quelques millimètres, **sans atteindre le muscle**.

DÉTAILLER DES CÔTELETTES

En règle générale il faut compter 2 à 3 côtelettes par portion.
Exemple : 1 côte première, 1 côte seconde, 1 côte dans le filet.

1ère méthode
• Préparer le carré couvert comme précédemment.
• Tailler les côtes légèrement en biais, en suivant les os.
• Régulariser l'épaisseur si nécessaire, en utilisant une batte à côtelettes.

2ème méthode (carré couvert non préparé)



Tailler les côtelettes
• Couper au couteau entre chaque côte jusqu'aux vertèbres.
• Terminer la coupe à l'aide d'une feuille à fendre.



Parer les côtelettes
• Dégager la jointure de la côte et de la vertèbre.
• Eliminer la vertèbre au couteau.



Manchonner les côtelettes
• Dégager l'extrémité de la côte sur 2 cm en grattant la chair le long de l'os.

DÉTAILLER DES CÔTES

(PORC, VEAU, BŒUF, AGNEAU)



- Tailler les côtes légèrement en biais en suivant l'os.
- Parer l'excédent de gras (si nécessaire).
- **Eliminer le nerf dorsal** (s'il est oublié, la côte se déforme à la cuisson).



- Dégager la demi vertèbre de la jointure de la côte.
- L'éliminer à l'aide d'un couteau à désosser ou d'une feuille à fendre.



Manchonner les côtes

- Dégager l'extrémité de la chair et du gras du manche de la côte.
- Bien «gratter à blanc».

PRÉPARER UNE SELLE ANGLAISE

La «**selle anglaise**» correspond aux 6 vertèbres lombaires. Son poids varie de 1,800 kg à 2,200 kg, elle convient pour 6 personnes. Lorsqu'elle est farcie, elle est servie pour 8 personnes.



Parer la selle

- Poser la selle à l'envers sur la planche.
- En partant de la partie la plus épaisse des filets (côté tête), éliminer délicatement les canaux urinaires et les graisses qui recouvrent les filets mignons.



Oter la peau parcheminée

- Inciser la peau perpendiculairement à la colonne vertébrale.
- L'arracher en la tirant sur le côté. Si la selle est très peu grasse, il est nécessaire de s'aider d'un couteau.



Parer les panoufles

- Diminuer l'épaisseur et raccourcir les panoufles, elles doivent juste recouvrir le filet mignon.
- Réserver les parures pour la réalisation du jus de rôti.

SUITE



Battre (aplatir) les panoufles
- Ciseler l'intérieur des panoufles et les battre avec une batte pour les attendrir.



Piquer le nerf dorsal
- Pour éviter que la viande ne se rétracte à la cuisson, piquer le nerf dorsal avec la pointe du couteau tous les 2 cm.



Ficeler la selle
- Ramener les panoufles sous les filets mignons.
- Ficeler régulièrement.

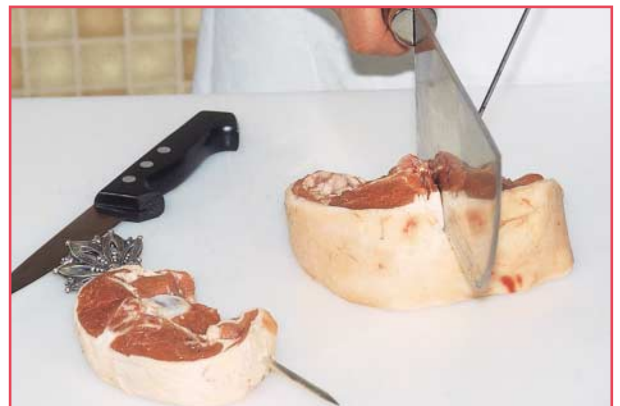
TAILLER DES LAMB-CHOPS ET DES MUTTON-CHOPS



Le lamb-chop (tranche de selle anglaise)
- Préparer la selle comme précédemment mais laisser les panoufles plus longues.
- Couper une tranche entière de selle entre deux vertèbres (2 cm environ).



- Rouler les panoufles sur elles-mêmes et les maintenir avec une brochette ou un attelet.
- Oter la moelle épinière à l'aide d'une aiguille à brider ou d'une brochette.



Le mutton-chop (côtelette double dans le filet)
- Piquer une aiguille à brider dans la moelle épinière, elle servira de guide pour partager la selle en deux.
- Fendre la selle en deux en suivant le long de l'aiguille. On obtient les deux filets.



• Couper des pièces de 4 à 5 cm d'épaisseur (la valeur de deux côtelettes dans le filet).
• Rouler la panoufle sur elle-même. La maintenir à l'aide d'une petite brochette ou d'un attelet.



• La selle, le lamb-chop et le mutton-chop prêts à cuire.

DÉSOSSER UNE SELLE D'AGNEAU

Désossée, la selle d'agneau peut être rôtie, farcie, poêlée ou parfois braisée. La farce est le plus souvent réalisée à partir d'une farce mousseline de veau ou de volaille (voir «Préparations de base» page 325), additionnée d'une brunoise de truffes, de légumes (carottes, céleri, fenouil, échalotes...) ou de pistaches mondées. Elle est généralement servie pour 8 personnes.



Dégager les filets mignons
• Préparer la selle comme précédemment.
• Décoller les filets le long de la colonne vertébrale.
• Les dégager sans les séparer.
• Raccourcir et bien aplatir les panoufles. Réserver l'excédent pour protéger la selle durant la cuisson.



Eliminer la colonne vertébrale
• Glisser la lame du couteau sous les vertèbres.
• Exercer une torsion sur l'os et dégager soigneusement la chair jusqu'à l'épine dorsale.



• Une fois l'os de la colonne vertébrale mis à nu, le dégager en le tirant vers soi et en coupant les tendons au fur et à mesure.



Piquer le nerf dorsal
• Quadriller ou inciser, puis battre les panoufles.
• Pour éviter toute déformation pendant la cuisson, piquer le nerf dorsal avec la pointe du couteau tous les 2 cm.

SUITE



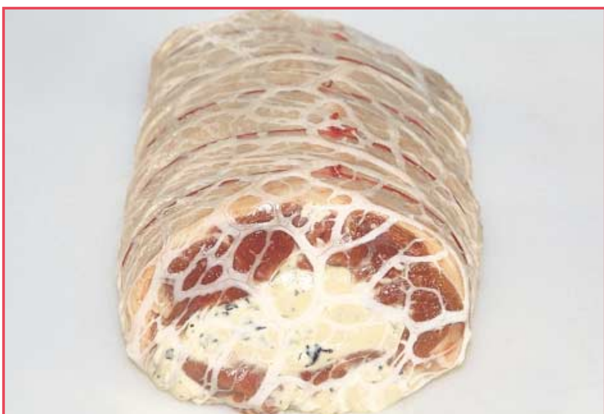
Farcir la selle

- Poser la selle ouverte sur la planche, filets dégagés.
- Assaisonner de sel et de poivre.
- Etaler une couche de farce (ici, une farce mousseline de volaille additionnée de truffes hachées).



Ramener les filets sur la farce

- Masquer de nouveau avec le restant de farce et rabattre les panoufles. Elles doivent se rejoindre sans se chevaucher.



Ficeler la selle

- Rouler la selle de façon à ce que les panoufles se rejoignent.
- Ficeler fermement pour conserver la forme.
- Envelopper la selle dans la crépine de porc préalablement trempée dans l'eau froide : la selle farcie est prête. Les extrémités peuvent être protégées par les morceaux de panoufle réservés à cet usage.

TAILLER DES NOISETTES

La méthode appliquée ici à l'agneau sera identique pour la venaison (chevreuil, biche, cerf,...). Il faut au moins 3 noisettes de 50 g par personne.



Détailler les filets

- Désosser la selle comme précédemment.
- Couper les deux filets au milieu du nerf dorsal.
- Parer et supprimer l'excédent de panoufle.



Dénerver les filets

- Eliminer le nerf dorsal.
- Rouler et ficeler tous les 4 ou 5 cm.



Tailler les noisettes

- Tailler de petites tranches d'environ 50 g dans les filets.

LE BŒUF

L'appellation «**bœuf**» sous-entend plusieurs animaux de la race bovine, abattus à des périodes différentes de leur vie.

Le Document d'Accompagnement Bovin (D.A.B.) permet de connaître l'origine de l'animal (pays d'origine, race, âge, sexe...). Les dates d'abattage et de conditionnement permettent d'avoir une idée approximative du degré de mortification (minimum 8 à 10 jours de 0 °C à + 3 °C).

Les critères et les signes de la qualité sont évoqués en début de chapitre *(voir également le livre «Technologie culinaire» - Editions BPI).*

PRÉPARER UN FILET DE BŒUF

C'est le morceau le plus tendre du bœuf. Situé sous les côtes, ce muscle travaille très peu, ce qui lui confère sa tendreté. Il pèse de 2,500 kg à 4 kg suivant l'animal, et il faut compter 0,180 kg à 0,200 kg brut par personne.



Parer le dessus du filet
- Placer le filet droit devant soi, la tête du filet en haut de la planche.
- Décoller les aponévroses en tendant celles-ci avec la main gauche et en tenant le couteau côté tranchant vers le haut.



Eliminer la chaînette
- Décoller le nerf qui sépare le corps du filet et la chaînette.
- Eliminer la chaînette ; elle pourra servir, par exemple, une fois parée, pour la préparation de la sauce bolognaise.



Parer le dessous du filet
- Retourner le filet et éliminer avec précaution la graisse.
- Décoller et éliminer les aponévroses se trouvant sur la tête du filet.
- Toutes les parures sont conservées pour réaliser le jus de rôti ou le fond de poêlage.



Filet terminé
- Le filet est paré «à vif». Il est prêt à être utilisé en fonction des différentes recettes, entier ou détaillé.

SUITE

DÉTAILLER UN FILET DE BŒUF

Couper le filet en trois parties comme suit :

- la tête du filet qui est la partie la plus épaisse
- le corps du filet qui est la partie régulière
- la queue du filet qui est la partie rétrécie.



Le chateaubriand

- Taillé dans la tête du filet, il pèse 0,300 kg à 0,350 kg. Il est servi pour 2 personnes, le plus souvent grillé.



Le tournedos

- Pièce individuelle taillée dans le corps du filet, il pèse de 0 ,150 kg à 0,180 kg. Il est servi grillé ou sauté.



La queue du filet

- La partie la plus épaisse est taillée en bâtonnets réguliers de 5 cm de long sur 2 cm de côté. Ils serviront de préparation du «filet Strogonoff».
- L'extrémité est taillée en dés pour la réalisation de la sauce bolognaise.

PRÉPARER UNE CÔTE DE BŒUF

Elle est taillée de préférence dans le milieu du «**train de côtes**» qui correspond aux cinq côtes couvertes qui suivent les trois premières soit : 2 côtes premières plus 3 côtes secondes, puisque les trois premières côtes couvertes sont restées avec le contre-filet.

Elle est servie le plus souvent pour 4 personnes et pèse en moyenne de 1,200 kg à 1,500 kg.



Eliminer la graisse

- Couper l'excédent de graisse de couverture de la viande. Insister vers le haut de côte.



Dégager la vertèbre

• Glisser la lame le long de l'os de la vertèbre et décoller les chairs jusqu'à la base de la côte.



Supprimer la colonne vertébrale (détalonner)*

• A l'aide d'une scie de boucher, scier la colonne vertébrale en biais de façon à éliminer en même temps l'os de la vertèbre.

• Eliminer également toute trace éventuelle de moelle épinière.

* *Opération actuellement interdite en cuisine. D'après la règlementation en vigueur, les côtes de bœuf sont livrées déjà détalonnées.*



Manchonner la côte

• Couper la chair à 3 ou 4 cm du haut de la côte et dégager soigneusement l'extrémité de l'os.

PRÉPARER UN CONTRE-FILET

Le contre-filet se situe sur le dos du bœuf. Il va du rumsteck jusqu'à la troisième côte couverte. Il correspond au dessus de l'aloyau désossé. Entier, il est rôti. Il faut compter 0,175 kg à 0,200 kg brut par personne. Détaillé en faux-filets ou en steaks, il est sauté ou grillé.



Parer le dessus (dégraisser)

• Décoller la peau graisseuse qui recouvre la partie dorsale sans entamer la chair.

• Essayer de conserver cette peau en un seul morceau. Elle peut être replacée sur le contre-filet paré avant ficelage afin de le protéger durant la cuisson.



Eliminer les aponévroses

• Glisser délicatement la lame d'un couteau à dénerver entre les «nerfs» et le muscle.

• Les éliminer par petites bandes sans entamer la chair.

SUITE



Eliminer le nerf de la chaîne
- Décoller le gros tendon sur le côté charnu du contre-filet
- L'éliminer en le tirant vers l'extérieur et en coupant au fur et à mesure.



Parer le dessous
- Retourner la viande et éliminer les aponévroses, la graisse, ainsi que les parties se trouvant entre les côtes.
- Eviter toute perte inutile. Conserver par exemple les parures maigres pour réaliser le jus de rôti ou un petit fond brun.



Egaliser le contre-filet
- Pour que la cuisson soit régulière, éliminer le côté plat du contre-filet sur 2 cm de largeur. Le contre-filet est alors «paré à vif».



Ficeler le contre-filet pour rôtir
- Facultatif : reposer la peau graisseuse sur la viande, pour la protéger pendant la cuisson (elle sera retirée après les trois-quarts de la cuisson).
- Maintenir l'ensemble avec de la ficelle : le contre-filet est prêt.

Tailler des contre-filets ou «faux-filets»



- Couper le contre-filet transversalement en tranches d'environ 2 cm d'épaisseur.
- Pièce individuelle, le faux-filet pèse de 0,150 kg à 0,180 kg.
- Il peut être taillé en tranches d'environ 4 cm d'épaisseur. Dans ce cas, il pèse environ 0,300 kg et il est servi pour 2 personnes.



Tailler des steaks
- Couper des tranches de 4 à 5 cm d'épaisseur.
- Couper chaque tranche en deux par le milieu. Chaque steak pèse de 0,150 kg à 0,180 kg.

LE VEAU

C'est le petit de la vache, appelé ainsi jusqu'à son sevrage. Abattu vers 100/120 jours, son poids vif est passé de 100 kg en 1980 à 120 kg en 1990. Ceci est dû en partie à l'alimentation, mais également à la sélection des races (création de labels de qualité).

(Veau fermier du Limousin, veau de Normandie nourri au lait entier).

PRÉPARER UNE NOIX DE VEAU

Située dans la cuisse (cuisseau racourci), elle pèse de 2,800 kg à 3,200 kg. Il faut compter 0,150 kg à 0,175 kg brut par personne. Entière, la noix doit être lardée (voir page 230) afin d'être «nourrie» durant la cuisson. Traitée entière, elle est généralement poêlée.



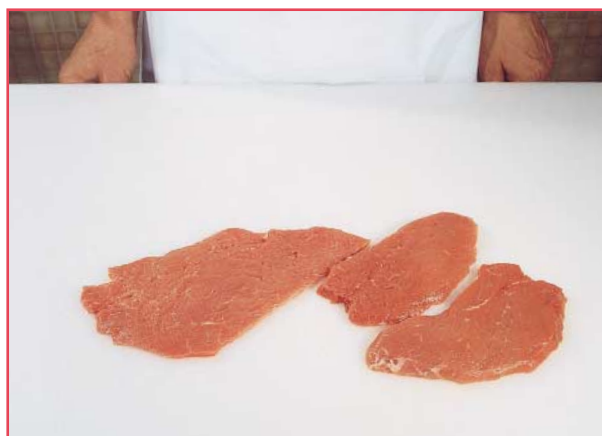
Parer la noix
- Eliminer la peau graisseuse et les aponévroses qui recouvrent la noix sur les deux côtés.



Tailler des escalopes
- Dans la noix parée à vif, détailler des tranches de 0,125 kg à 0,150 kg perpendiculairement aux fibres de la viande.



Battre les escalopes
- Battre chaque escalope entre deux feuilles de matière plastique alimentaire, pour éviter l'éclatement des chairs.
- Les escalopes ainsi obtenues auront une épaisseur régulière et leur cuisson sera identique.



La «paillarde» de veau
- Aplatir les escalopes le plus finement possible entre deux feuilles de matière plastique alimentaire.
- La «paillarde» se cuit au gril, très rapidement pour éviter tout dessèchement, et se sert avec du citron et du beurre Maître d'hôtel.

SUITE

PRÉPARER UN FILET DE VEAU

Il est appelé communément «**filet mignon**» (comme le filet d'agneau et le filet de porc). Il est servi pour 3 ou 4 personnes.



Parer le filet
- Eliminer les aponévroses, la graisse et la chaînette (comme pour le filet de bœuf).
- Le filet mignon peut être cuisiné entier, il est alors rôti ou poêlé.



Tailler des piccatas
- Couper le filet paré à vif en tranches régulières d'1 cm maximum d'épaisseur : ce sont les «piccatas».



Battre les piccatas
- Aplatir légèrement les piccatas pour casser les fibres. Ainsi la viande ne se déformera pas à la cuisson.
- Les piccatas sont prêts, il faut compter 4 ou 5 piccatas par personne, soit 0,120 kg à 0,150 kg.

LE PORC

C'est l'animal alimentaire par excellence. Tout est consommé ou utilisé. Il est peu difficile à l'élevage et il prend rapidement du poids. Sa chair se consomme à l'état frais, mais il se prête particulièrement au séchage, au salage et au fumage. Le «**porc charcutier**» est abattu à environ 6 mois et il pèse de 90 kg à 120 kg.

PRÉPARER UN CARRÉ DE PORC

Composé de 5 côtes premières et des 3 côtes secondes, il pèse de 2,400 kg à 3 kg. Le carré de veau se prépare de la même manière. Il faut compter 0 ,225 kg à 0,250 kg brut par personne.



Parer le dessus du carré
- Dégraisser le dessus (si nécessaire).
- Eliminer le nerf dorsal en tirant le couteau vers soi, côté tranchant vers le nerf.



Manchonner le carré
- Couper la peau qui recouvre l'extrémité des côtes sur 2 cm minimum.



• Pousser la chair autour des os pour dégager tout le haut des côtes.



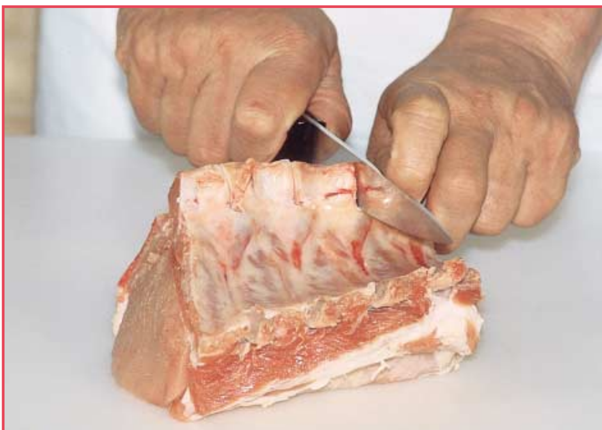
Désolidariser les côtes
• Glisser la pointe du couteau à la base de chaque côte et les désolidariser de la colonne vertébrale au niveau de la jointure



• Couper nettement la viande ainsi dégagée.
• Conserver les parures, elles serviront avec les os à la réalisation du jus de rôti ou du fond de poêlage.



Détacher la colonne vertébrale
• Décoller l'os de la colonne vertébrale en contournant la jointure de chaque côte.

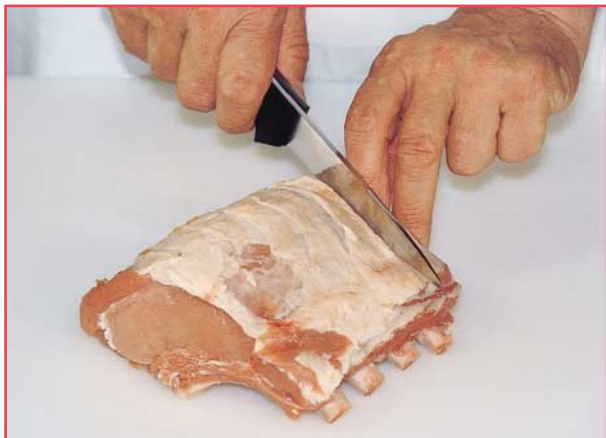


Désarticuler les vertèbres
• Passer le couteau entre chaque vertèbre et les désarticuler en donnant un mouvement de gauche à droite (on peut utiliser un couperet).

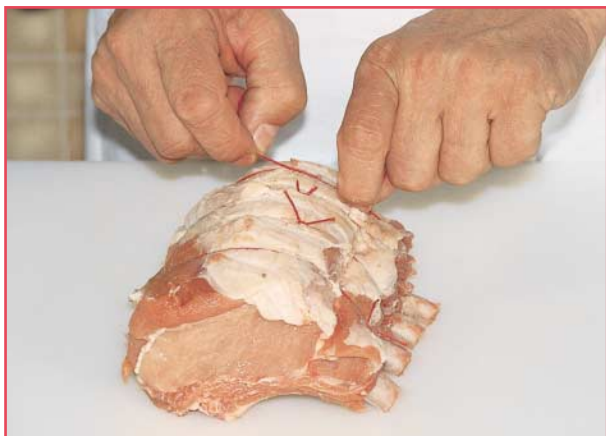


Eliminer les vertèbres
• Couper les chairs le long des os des vertèbres jusqu'à les éliminer.

SUITE



Ciseler la graisse si nécessaire (facultatif)
• Pour faciliter la fonte de la graisse pendant la cuisson, ciseler le dessus en losange.



Ficeler le carré
• Maintenir le carré en forme, en ficelant légèrement entre chaque côte.

TAILLER UNE CÔTE DE PORC

Elle se prépare comme la côte de veau. Il faut compter 0,180 kg à 0,200 kg par personne.



Tailler la côte
• Couper au couteau entre chaque côte jusqu'aux vertèbres.
• Terminer la coupe à l'aide d'une feuille à fendre ou d'un couperet.



Parer la côte
• Décoller la vertèbre et contourner l'os de la colonne vertébrale.
• Eliminer l'ensemble en sectionnant à l'aide d'un couperet.



Dégraisser si nécessaire et ôter le nerf dorsal
• Parer et ôter la partie nerveuse à la base de la côte.
• Manchonner soigneusement.

QUELQUES PRÉPARATIONS DE BOUCHERIE

PIQUER UNE VIANDE

Pour donner un peu de moelleux ou de goût à une viande, il est possible d'introduire, à l'aide d'une aiguille spéciale, des petits bâtonnets de lard gras, ou bien des bâtonnets de truffes, de langue écarlate ou de jambon.



Tailler le lard gras

- Retirer la couenne du lard gras, puis le tailler en bâtonnets réguliers de 5 à 6 cm de long et de 3 à 4 mm de côté.
- Les mettre sur glace, au fur et à mesure, pour les faire durcir.



Le filet de bœuf

- Introduire délicatement un bâtonnet de lard dans l'extrémité d'une «aiguille à piquer» jusqu'à ce que l'embout de l'aiguille soit plus large que le bâtonnet de lard.

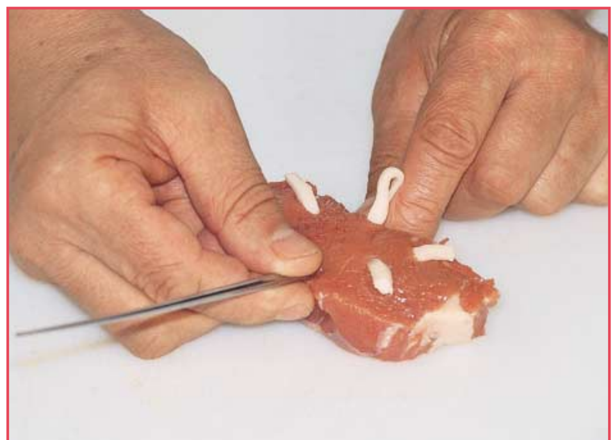


- Piquer l'aiguille dans le sens des fibres de la viande (l'embout étant plus large que le bâtonnet de lard, la viande s'écarte et se referme progressivement après son passage en maintenant le lard en place à l'intérieur).



Le médaillon de veau

- Désosser et parer à vif un carré de veau.
- Tailler des tranches régulières de 2,5 cm d'épaisseur.



- Piquer le médaillon avec du lard en le disposant en étoile.
- Il est possible d'alterner le lard avec des bâtonnets de truffe ou de langue écarlate.

SUITE

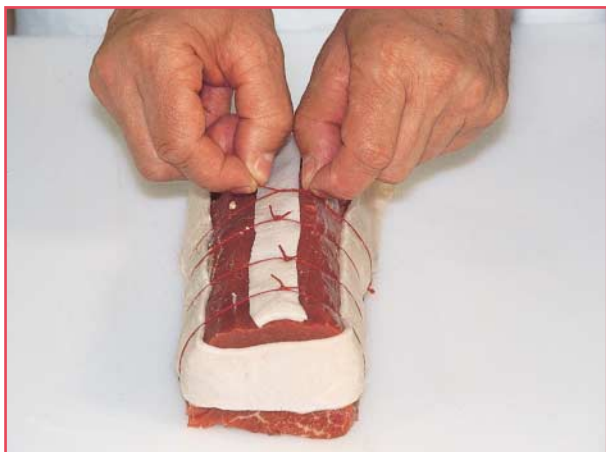
BARDER UNE PIÈCE DE VIANDE

Pour protéger une viande de boucherie réputée sèche (noix de veau), une volaille fragile (pintade, caille) ou un gibier à plumes de la chaleur trop vive du four, recouvrir tout ou partie avec une fine tranche de lard gras (barde), et la maintenir avec de la ficelle. De plus, pendant la cuisson, la pièce sera «nourrie».

Cette pratique est réglementée, 10 % maximum pour les pièces de plus de 0,300 kg. D'autre part, elle ne se justifie pas pour la viande de bœuf rôtie, qui doit être saisie sur toutes ses faces, afin de créer une sorte de croûte colorée qui s'oppose à la sortie des sucs de viande et du sang lors de la cuisson et lors du repos qui suit la cuisson (réaction de Maillard).



Pièce de viande
- Entourer la pièce de viande «parée à vif» avec de fines bandes de lard gras.



- Ficeler sans trop serrer pour la maintenir en forme.



Pièces individuelles
- Entourer les pièces d'une bandelette de lard gras, la maintenir avec un tour de ficelle.
- Vers la fin de la cuisson, retirer la barde pour pouvoir saisir la viande autour.

LARDER UNE PIÈCE DE VIANDE

Pour «nourrir» une pièce de viande de boucherie réputée sèche durant la cuisson, introduire à l'intérieur de la viande de gros bâtonnets de lard gras à l'aide d'une lardoire.

Aiguillette de bœuf lardée



Parer l'aiguillette
- Dénerver, dégraisser et «parer à vif» l'aiguillette de rumsteck.



Tailler le lard
- Dans le morceau de lard gras découenné, couper de longs bâtonnets de 14 à 15 cm de long et d'1 cm de côté.
- Veiller à la régularité des bâtonnets.



Faire mariner le lard
- Mettre le lard taillé dans un ravier, ajouter du persil haché, un peu de poivre frais moulu et un peu de Cognac.
- Mélanger délicatement et laisser mariner au froid pendant une trentaine de minutes.



Larder l'aiguillette
- Piquer la lardoire dans le sens des fibres de la viande et la faire dépasser le plus possible de l'autre côté.
- Disposer le bâtonnet de lard dans la gouttière de la lardoire.
- Ramener la lardoire en lui imprimant un mouvement circulaire et bloquer le lard en bout de viande.



Faire mariner l'aiguillette
- Disposer l'aiguillette dans un plat en terre ou un autre récipient non oxydable.
- Ajouter des oignons, des échalotes et des carottes émincés, un peu de thym, du vin blanc et du Cognac.
- Laisser mariner au frais pendant 6 à 8 heures.

RÉCUPÉRER DE LA MOELLE*

** En tenant compte de la législation en vigueur.*



Eclater l'os à moelle
- Pour le faire éclater, taper à l'aide du dos d'un couperet le haut de l'os à moelle coupé en tronçon et dénommé «os canon à moelle».

SUITE



Récupérer la moelle
• Pour ne pas risquer de se couper, écarter les morceaux de l'os éclaté avec le plus grand soin (les morceaux d'os éclatés sont très tranchants), et récupérer la moelle.



Faire dégorger la moelle
• La couper en rondelles ou laisser le morceau entier.
• La faire dégorger dans de l'eau glacée additionnée d'un peu de vinaigre (la renouveler plusieurs fois).

LES ABATS*

** Certains produits font partie des M.R.S. (Matériels à Risques Spécifiés). Pour leur utilisation, vérifier la règlementation en vigueur.*

On considère comme abats propres à la consommation humaine toutes les parties consommables des animaux de boucherie autres que les viandes proprement dites provenant de la carcasse et autres que les «issues». Consulter la réglementation en matière de consommation d'abats *(voir également le livre «Technologie culinaire» - Editions BPI).*

Il y a deux catégories d'abats :

1. Les abats blancs

a) subissant une préparation aux abattoirs (vidage, lavage, grattage, épilage, échaudage)

- estomac de bovins
- intestin de veau (fraise) ou de porc (menue)
- pieds
- tête
- mamelles

b) ne subissant pas de préparation

- ris *
- cervelle *
- amourette *
- crépine ou voilette.

2. Les abats rouges

- foie
- rognons
- cœur
- joues
- palais ou museau de bœuf
- langue



ATTENTION

* Depuis décembre 2000 certains abats (tissus ou organes bovins) potentiellement porteurs de l'agent de l'E.S.B. (Encéphalopathie Spongiforme Bovine) appelés également M.R.S. (Matériels à Risques Spécifiés) sont systématiquement saisis à l'abattoir et incinérés.

Abats ou M.R.S. retirés de la chaîne alimentaire **quel que soit l'âge des bovins** :

• la rate
• les amygdales*
• les thymus (Ris)*
• la totalité des intestins*

** Ces disposition seront reconsidérées en novembre 2001.*

Sont retirés pour tous **les bovins âgés de plus de 12 mois** :

• la cervelle
• la moelle épinière (à ne pas confondre avec la moelle osseuse des os à moelle qui reste autorisée)
• la présence d'os vertébral (côtes de bœuf détalonnées en atelier de découpe par exemple).
N.B. Les vertèbres de la queue sont autorisées.

PRÉPARER DES RIS DE VEAU*

** En tenant compte de la législation en vigueur.*

Appelé également «thymus», le ris représente la partie la plus délicate et la plus recherchée des abats. Cette glande ne se trouve que chez les animaux jeunes (veau, agneau). Il pèse de 0,400 kg à 0,600 kg et il est servi pour 2 ou 3 personnes.

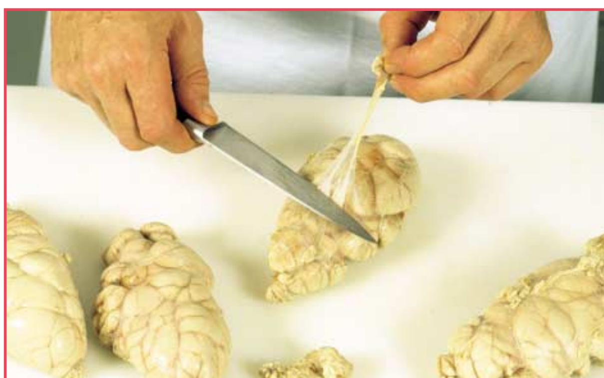
Ces préparations s'effectuent de préférence la veille



Dégorger les ris
- Dégorger les ris dans de l'eau glacée. Renouveler l'eau plusieurs fois.



Blanchir les ris
- Placer les ris dans une russe.
- Recouvrir d'eau froide, porter à ébullition et laisser les ris blanchir durant 3 à 4 minutes.
- Ecumer soigneusement.
- Rafraîchir et égoutter soigneusement.



Parer les ris
- Eliminer s'il y a lieu les parties graisseuses et cartilagineuses.
- Parer les noix si nécessaire.
- Réserver les parures.



Mettre les ris sous presse
- Les disposer dans une plaque à débarrasser recouverte d'un linge propre, placer un film alimentaire, une autre plaque à débarrasser sur les ris et charger à l'aide de poids d'environ 1 kg.
- Réserver les ris en enceinte réfrigérée. Ils peuvent être ensuite braisés, pochés ou sautés.

PRÉPARER DES ROGNONS DE VEAU

Plus délicats de goût, les rognons de veau sont plus estimés que ceux de bœuf, de porc ou d'agneau. Le rognon est servi généralement pour 1 personne.

Rognon cuisiné entier



Dégraisser le rognon
- Découper la graisse du rognon et en laisser adhérer un peu autour (une partie de cette graisse, taillée en petits dés, servira pour la cuisson du rognon).

SUITE



Parer le rognon
- Sans l'ouvrir, supprimer le bassinet du rognon (toutes les parties blanchâtres, nerveuses et les canaux urinaires).

Rognon cuisiné détaillé



Dégraisser le rognon
- Fendre la ganse de graisse et l'ouvrir complètement en l'écartant avec les mains.



Eliminer la membrane
- Vérifier que la membrane a été éliminée en même temps que la graisse, sinon l'enlever du bout des doigts.



Parer le rognon
- Dégager le bassinet et éliminer en un seul morceau les parties blanchâtres, la graisse et les canaux urinaires.
- Découper le rognon en tranches ou en gros dés (selon la recette).

PRÉPARER DES ROGNONS D'AGNEAU

Il faut compter 2 à 3 pièces par personne.



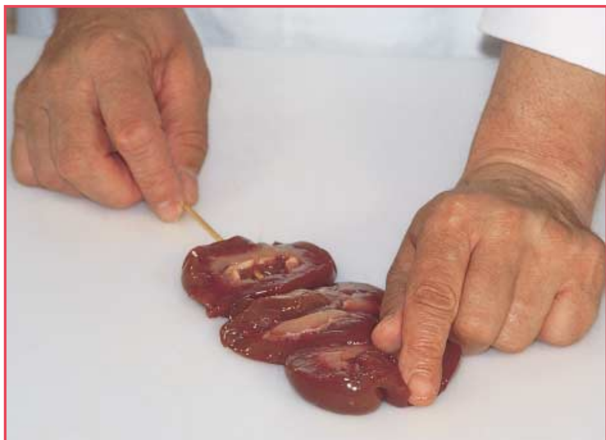
Dégraisser les rognons
- Fendre légèrement la graisse et l'éliminer en l'écartant avec les mains.



Eliminer la membrane
• Si elle n'est pas partie avec la graisse, l'éliminer du bout des doigts.



Parer les rognons
• Fendre les rognons en deux, éliminer les canaux urinaires, la graisse et les parties blanchâtres.



Embrocher les rognons
• Pour faciliter la cuisson, piquer les rognons ouverts par deux ou par trois sur des brochettes en bois ou en métal.

PRÉPARER DES CERVELLES D'AGNEAU*

** En tenant compte de la législation en vigueur.*

Elles sont moins fines que les cervelles de veau, mais plus faciles à cuisiner. Il faut compter 2 pièces par personne.



Dégorger les cervelles
• Pour éliminer les traces de sang, les faire dégorger dans de l'eau glacée additionnée d'un peu de vinaigre (renouveler l'eau plusieurs fois).



Limoner les cervelles
• Eliminer sous l'eau toutes les adhérences sanguinolentes, et faire dégorger les cervelles pendant encore 30 minutes.
• Les vérifier soigneusement et les rincer. Elles sont le plus souvent pochées dans un court-bouillon fortement aromatisé pour la réalisation des fritots ou simplement sautées au beurre noisette.

LES VOLAILLES

(Voir également le livre «Technologie culinaire» - Editions BPI).

Le terme «volaille» englobe tous les animaux (oiseaux) dits de basse-cour, vivant à l'état domestique (gallinacés, palmipèdes), y compris les oiseaux de mêmes espèces que ceux de gibier s'ils sont nés et élevés en captivité (pigeons domestiques, cailles).

En restauration, le terme «volaille» utilisé sans aucune précision complémentaire définit les animaux du genre gallus (poulets), quel que soit leur âge ou leur état d'engraissement. Exemple : fricassée, ballottine ou quenelles de volaille correspondent à fricassée, ballottine ou quenelles de poulet.

CRITÈRES QUALITATIFS

Le classement officiel est effectué sous la responsabilité de l'abatteur : il repose sur l'examen de l'aspect extérieur de chaque carcasse.

Trois classes ont ainsi été définies par les lettres A-B-C. Seules, les classes **A** et **B** sont admises à la vente au public. La classe C est destinée aux transformations industrielles.

Les différents critères permettant d'apprécier la classe sont les suivants :

- la conformation et les masses musculaires,
- l'état d'engraissement,
- la qualité de la plumaison (présence de plumes, filoplumes, duvet et siccots),
- la présence de défauts survenant avant l'abattage, au cours des opérations d'abattage, ou pendant le stockage (fracture, ecchymoses, déboîtages, blessures, coupures, etc.).

La qualité des volailles dépend principalement des facteurs suivants :

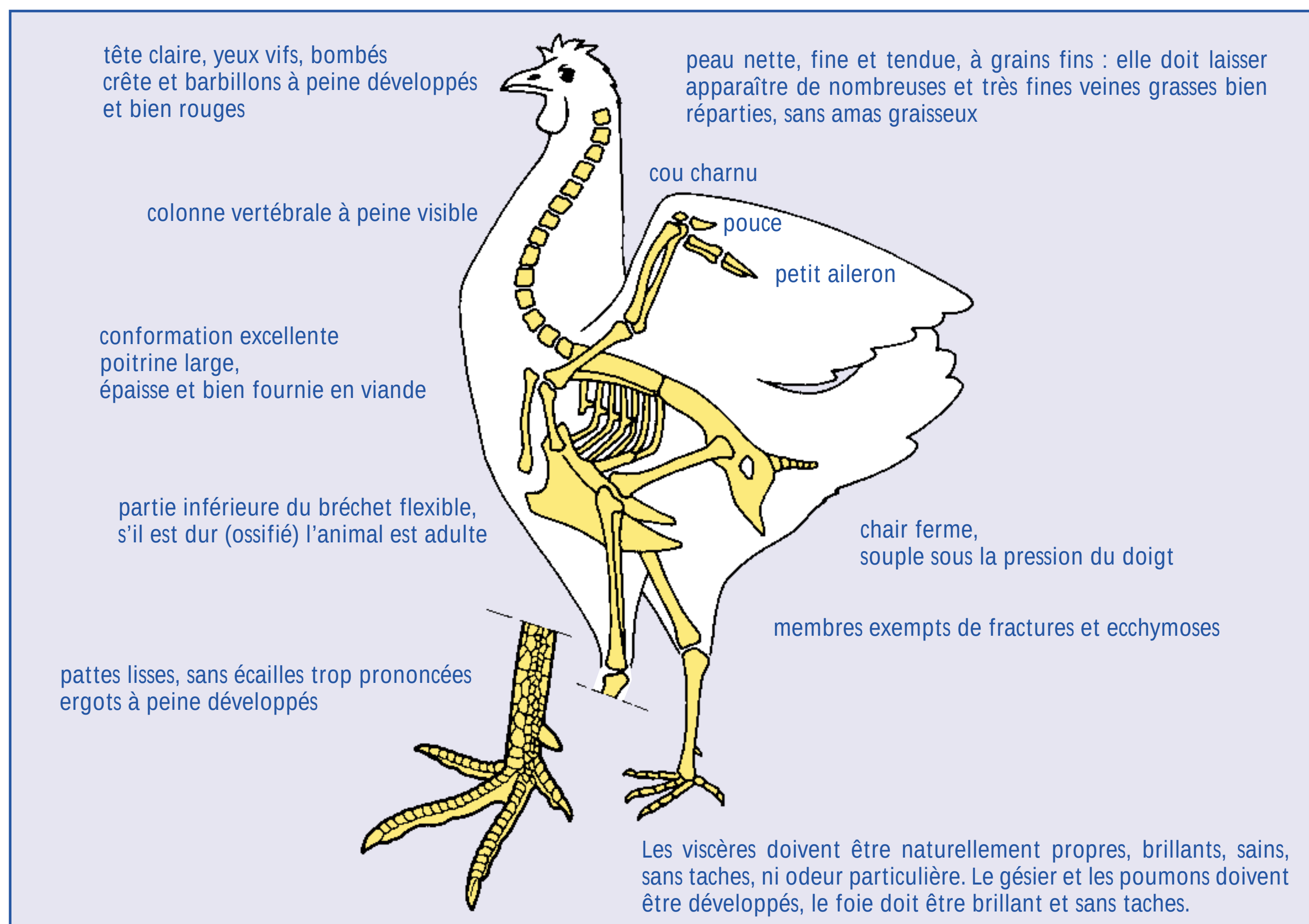
- **la race** à croissance lente ou rapide (en fonction de la sélection génétique),
- **les conditions d'élevage** (claustration, semi-liberté, parcours herbeux, liberté totale),
- **la nourriture** (aliments industriels, céréales, produits laitiers, etc.),
- **lors de l'élevage, l'utilisation d'additifs divers** (antibiotique, substances ayant des effets anti-oxygène, coccidiostatiques, émulsifiants, stabilisants, épaississants, gélifiants, matières colorantes, facteurs de croissance, anti-stress, stéroïdes anabolisants, substances œstrogènes favorisant l'augmentation de la teneur en eau dans les tissus, etc.),
- **l'âge d'abattage :** pour être tendres, les volailles doivent être consommées jeunes (chez les animaux sexués, la femelle est de meilleure qualité que le mâle),
- **les conditions de transport, d'abattage, d'échaudage, de plumaison, de ressuage et de refroidissement** des carcasses,
- **le respect de la chaîne du froid** tout au long de la filière de la commercialisation.

COMMENT RECONNAÎTRE LA QUALITÉ D'UNE BONNE VOLAILLE :

A la lecture des étiquettes commerciales (label rouge, label rouge fermier, AOC., AB...).

Au poids : une bonne volaille doit être lourde.

A l'odeur : elle doit être douce et agréable.



PRÉSENTATIONS COMMERCIALES

Les volailles sont généralement présentées sous les formes suivantes :

• EFFILÉES

Saignées et plumées, elles ont subi l'ablation des intestins par l'orifice cloacal, les autres viscères restent à l'intérieur de la carcasse (jabot, foie, gésier, cœur, poumons). Les abattis sont conservés (pattes, tête, cou).



Cette présentation commerciale n'offre pas toutes les garanties d'hygiène indispensables. L'inspection sanitaire est incomplète. Les viscères restants sont souvent riches en germes fécaux et peuvent entraîner une altération rapide.

L'habillage de ce type de volaille doit se faire immédiatement à la livraison dans le respect le plus scrupuleux des règles d'hygiène.

• EVISCÉRÉES OU PRÊTES À CUIRE (P.A.C.)

Saignées et plumées, elles ont subi l'ablation totale de l'œsophage, du jabot et de la trachée, des viscères thoraciques et abdominaux, du cou, des pattes coupées à deux niveaux, soit à l'articulation du jarret, soit au maximum à un centimètre au-dessous.

Les volailles éviscérées peuvent être présentées avec ou sans les abattis.

• SOUS LA FORME DE MORCEAUX DÉCOUPÉS

Cuisses ou ailes séparées, blancs, ailerons, escalopes, pilons, etc.

Ces morceaux sont le plus souvent présentés crus, pré-cuits ou cuits, puis pelliculés ou conditionnés sous vide, réfrigérés ou surgelés.

Ils sont stockés en enceinte réfrigérée à + 4 °C maximum ou à - 18 °C pour les produits surgelés et comportent une D.L.C. ou une D.L.U.O. (1)

• VIANDES DE VOLAILLE SÉPARÉES MÉCANIQUEMENT ET IRRADIÉES (V.V.S.M.)

• VIANDES DE VOLAILLE RECONSTITUÉES, CO-EXTRUDÉES, MIXÉES, THERMOFORMÉES ET CUITES À BASSE TEMPÉRATURE

(voir l'ouvrage «Technologie culinaire» - chapitre des volailles - Editions BPI).

L'HABILLAGE DES VOLAILLES

En restauration traditionnelle, certaines présentations classiques des volailles nécessitent l'utilisation de volailles entières présentées avec les membres et effilées.

L'habillage englobe toutes les différentes phases chronologiques de la préparation d'une volaille (étirer, flamber, parer, vider). Les volailles sont ensuite bridées ou découpées à cru suivant leur utilisation, et les abattis sont préparés en dernier.

(1) D.L.C. Date limite de consommation

D.L.U.O. Date limite d'utilisation optimale (à consommer de préférence avant le...)



PRÉCAUTIONS

Attention ! *La rupture des intestins lors de l'effilage entraîne inévitablement la propagation à l'intérieur de la cavité abdominale de la volaille de nombreux germes fécaux et microbes pathogènes (salmonelles, par exemple).*

L'habillage des volailles doit donc être pratiqué dans un local à part ou dans une zone éloignée de toutes les autres denrées alimentaires.

Durant l'habillage de la volaille, les viscères thoraciques et abdominaux ne doivent être en aucun cas déposés sur la planche à découper.

Sitôt extraits, les réserver dans une plaque à débarrasser et à part des autres abattis (cou, pattes, ailerons). Ils seront vérifiés et parés en dernier, après l'habillage.

Tout le matériel utilisé lors des différentes phases de l'habillage doit être soigneusement lavé, désinfecté et rincé. L'intervenant doit également respecter rigoureusement toutes les règles d'hygiène techniques et corporelles.

HABILLER UN POULET EFFILÉ

Mettre en place le poste de travail

- 1 planche à découper
- 3 plaques à débarrasser
- 1 couteau éminceur
- 1 couteau d'office

ÉTIRER ET FLAMBER



Etirer le poulet, puis le flamber

- Maintenir fermement la volaille par les ailes, la tête et les pattes.
- La flamber rapidement pour ne pas brûler la peau. S'il reste des duvets, des siccots et des filoplumes, insister éventuellement au niveau des jarrets, des ailes et du cou.

SUITE



• Flamber les pattes et les doigts. La peau écailleuse doit boursoufler légèrement et se décoller.
Cette phase ne s'applique que si les volailles sont présentées entières (volailles rôties, poêlées, pochées).



• Supprimer immédiatement la peau écailleuse à l'aide d'un torchon. Ne pas attendre que les pattes refroidissent. Si nécessaire, utiliser un couteau d'office pour ôter la peau entre les doigts et sous les pattes.



• Vérifier qu'il ne reste plus de duvets, de siccots, ni de filoplumes. Si nécessaire, les arracher à l'aide d'un couteau d'office en pratiquant à «rebrousse-plumes».
• Essuyer soigneusement la volaille avec un linge propre.

PARER



Parer les pattes
• Sectionner les doigts et éventuellement le petit ergot. Conserver le doigt du milieu (le plus long) et lui couper seulement l'ongle (la griffe).



Parer les ailes
• Sectionner la pointe du petit aileron (environ 1 cm), puis le pouce (voir le schéma du squelette).
• Réserver ces abattis dans une plaque à débarrasser.



Parer et ôter le cou
• Maintenir la volaille sur le ventre, la tête orientée vers soi.
• Inciser la peau du cou sur toute sa longueur.



Dégager la peau du cou
• La décoller entièrement en tirant sur la longueur du cou.



• Sectionner le cou bien au ras de la colonne vertébrale (un petit morceau de cou restant peut gêner ultérieurement l'ablation des viscères thoraciques).



• Sectionner la peau du cou à mi-longueur, juste au-dessus du jabot (ce morceau de peau restant permet de fermer l'orifice thoracique lors du bridage).
• Sectionner la tête au ras du cou, le concasser et le réserver avec les autres abattis.



• Sectionner la bague anale et la débarrasser dans la plaque à déchets.
• Ne pas agrandir l'orifice. Une volaille se vide avec un seul doigt.

VIDER



«Décoller» les viscères thoraciques
• «Décoller» l'œsophage, la trachée artère, le jabot et les amas graisseux de la peau du cou.
Veiller à ne pas crever le jabot, il arrive parfois que l'animal ne soit pas sacrifié à jeun.



• Maintenir la volaille sur le ventre et avec l'index légèrement replié, racler en arc de cercle l'intérieur de la cavité thoracique pour décoller le cœur et les poumons.

SUITE



«Décoller» les viscères abdominaux

- Toujours avec l'index en crochet, racler en arc de cercle la cavité abdominale pour dégager le foie, la rate et le gésier.
  S'il y a lieu, ôter les éventuels amas graisseux (l'extraction des viscères sera facilitée).



- Dégager l'ensemble des viscères par l'orifice cloacal.
- Tirer sur le gésier, l'intégralité des viscères doit se dégager en une seule fois. Les extraire délicatement pour ne pas crever la vésicule biliaire, ni agrandir l'orifice cloacal.



Ne pas poser les viscères sur la planche à découper, mais les déposer sur une plaque à débarrasser, puis vérifier soigneusement la qualité de l'éviscération de la volaille.

PRÉPARER LES ABATTIS



- La volaille habillée est placée dans une plaque à débarrasser et réservée en enceinte réfrigérée. Les abattis peuvent être préparés sur la planche à découper.
- Séparer le cœur, le foie et le gésier des autres viscères non consommables.



- Parer l'extrémité du cœur et appuyer légèrement pour ôter la membrane péricardique et les éventuels caillots de sang.



- Parer les lobes du foie et le défieler.
- Oter délicatement la vésicule biliaire en prenant soin de ne pas la crever, le canal colédoque et toutes les éventuelles traces verdâtres.



- Parer et dégraisser le gésier, l'inciser transversalement jusqu'au revêtement corné de la housse.



- Déhousser le gésier, le parer et le rincer (si nécessaire).

Laver, désinfecter et rincer tout le matériel utilisé.

TROUSSER UNE VOLAILLE

Cette opération préliminaire du bridage permet de rassembler la volaille, d'améliorer sa présentation et d'uniformiser sa cuisson.



• Tendre la peau du cou et la glisser sous la volaille de manière à mettre en valeur la poitrine et fermer l'orifice thoracique.
• Replier les ailerons sous la volaille pour bien la stabiliser lors du service et du découpage devant le client.



• Inciser les tendons des pattes pour qu'elles ne se rétractent pas durant la cuisson.
• L'incision peut être pratiquée également au niveau de l'articulation.



• Pratiquer une incision au sommet du triangle de peau situé sous la pointe du bréchet. La pratiquer assez haut de manière à bien maintenir la patte et cacher l'articulation.



• Replier la patte et la glisser délicatement dans l'orifice.

REMARQUE
Pour les volailles découpées en salle, il est nécessaire d'enlever la fourchette (clavicules).

BRIDER UNE VOLAILLE EN ENTRÉE

(MÉTHODE À DEUX BRIDES)

Cette présentation est réservée plus spécialement aux volailles poêlées et pochées.

BRIDAGE DE LA PARTIE SUPÉRIEURE



• Saler et poivrer la volaille à l'intérieur.
• La trousser, puis préparer une aiguille à brider avec environ 70 à 80 cm de ficelle.
• Placer le poulet devant soi et bien le rassembler en le pressant légèrement.
• Traverser la volaille de part en part au niveau de la jointure de la cuisse et du gras de cuisse.
• Laisser une dizaine de centimètres de ficelle pour faire le nœud.

SUITE



- Retourner la volaille et tendre la peau du cou sur la colonne vertébrale.
- Traverser le milieu de «l'avant-bras» entre le radius et le cubitus, puis le petit aileron.
- Passer sous la colonne vertébrale en prenant soin de fixer la peau du cou.
- Puis traverser le petit aileron et le milieu de «l'avant-bras» entre le radius et le cubitus.



- Faire ressortir la ficelle, bien serrer et la nouer solidement avec l'autre extrémité.
- Couper l'excédent de ficelle.

BRIDAGE DE LA PARTIE INFÉRIEURE



- Placer la volaille sur le dos.
- Traverser de part en part le bassin en passant l'aiguille au travers des orifices des os iliaques, au niveau des échancrures sciatiques.



- Bien serrer l'extrémité du bréchet et passer l'aiguille au-dessous, à quelques centimètres du dessus de l'articulations de la patte et du pilon repliés.



- Bien serrer, faire un double nœud, puis couper l'excédent de ficelle.

BRIDER UNE VOLAILLE POUR RÔTIR



BRIDAGE DE LA PARTIE SUPÉRIEURE



- Saler et poivrer la volaille à l'intérieur.
- Sectionner les tendons des pattes, et replier les ailerons au-dessous *(voir «trousser une volaille»)*.
- Bien la rassembler en lui levant les pattes et en appuyant sur le bréchet.
- Traverser de part en part la volaille en piquant dans l'articulation de la cuisse et du gras de cuisse.
- Laisser une dizaine de centimètres de ficelle pour le nœud.



- Retourner la volaille et tendre la peau du cou sur la colonne vertébrale.
- Traverser le milieu de «l'avant-bras» entre le radius et le cubitus, puis le petit aileron.
- Passer sous la colonne vertébrale en prenant soin de fixer la peau du cou, puis traverser le petit aileron et «l'avant-bras» entre le radius et le cubitus.



- Faire ressortir la ficelle, bien serrer et la nouer solidement avec l'autre extrémité.
- Couper l'excédent de ficelle.

BRIDAGE DE LA PARTIE INFÉRIEURE



- Placer la volaille sur le dos.
- Traverser le bassin de part en part en passant l'aiguille au travers des orifices des os iliaques, au niveau des échancrures sciatiques.



- Passer sous l'extrémité de la pointe du bréchet en fixant les pattes au-dessus de l'articulation.
- Maintenir l'extrémité des pattes avec un ou deux tours de ficelle, puis les protéger de la cuisson en les enveloppant dans du papier aluminium.

AUTRES MÉTHODES

Les deux méthodes suivantes conviennent plus spécialement lorsque les volailles sont découpées en cuisine.

1ÈRE MÉTHODE



• Sectionner les pattes à 5 cm au-dessous de l'articulation.
• Inciser les tendons pour éviter que les tarses ne se rétractent durant la cuisson.



• Assaisonner la volaille, puis la trousser.
• Pratiquer une incision au sommet du triangle de peau situé sous la pointe du bréchet et y glisser l'articulation du jarret (tarse, pilon).
• Brider comme précédemment.



• Bien maintenir les ailes en traversant les radius et les cubitus et en passant sous la colonne vertébrale.



• Nouer solidement la ficelle et s'assurer que les ailerons restent parallèles à la colonne vertébrale.



• Brider la partie inférieure de la volaille comme précédemment.

2ÈME MÉTHODE principalement pour les volaille pochées



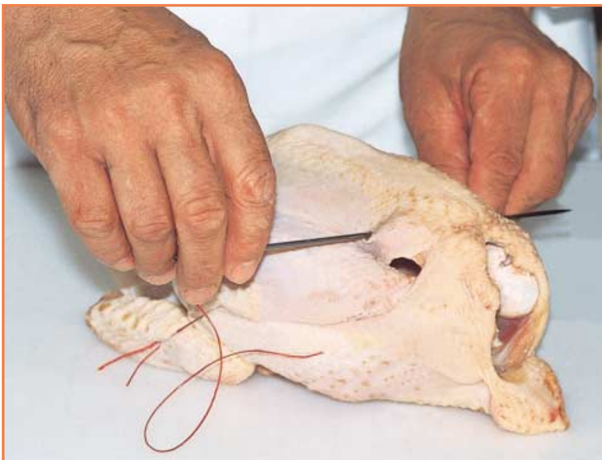
• Inciser les pattes à 4 cm au-dessous de l'articulation.
• Inciser les tendons pour éviter que les tarses ne se rétractent durant la cuisson.



• Inciser le sommet du triangle de peau situé sous la pointe du bréchet, et y glisser entièrement l'articulation du tarse et du pilon.



• Brider la partie supérieure de la volaille comme précédemment.
• Brider la partie inférieure en passant l'aiguille au travers du bassin par les orifices des os iliaques...



• ...puis juste au-dessus du pilon, à environ 4 cm de l'articulation. Ne pas fixer les tarses, ils se rétracteront légèrement durant la cuisson et tendront la peau du bréchet.

REMARQUE

Pour les chapons, les poulardes, les pintadeaux, les pigeons et les cailles, il faut protéger la poitrine grâce à une barde de lard gras.



Barder

• Recouvrir l'intégralité de la poitrine avec une barde de lard gras, et la maintenir grâce à quelques tours de ficelle.

DÉCOUPER À CRU UN POULET EN QUATRE MORCEAUX

1ÈRE MÉTHODE



Cette méthode consiste à lever les suprêmes de la carcasse. Elle s'applique également pour lever des suprêmes de canard ou de dinde.



- Sectionner les pattes d'un coup net et précis avec le talon d'un gros couteau. Les sectionner à environ 1 cm au-dessus de l'articulation tibia-péroné/tarse-métatarse.
- Rechercher et supprimer les éventuels éclats d'os.



Parer les ailerons
- Sectionner l'humérus à environ 1 cm au-dessus de l'articulation radius-cubitus.
- Observer les mêmes précautions.



Repérer et dégager les *«sot-l'y-laisse»* (1)
- Placer le poulet sur le ventre, avec les pattes repliées.
- Inciser la peau de chaque côté de la colonne vertébrale au niveau de hanches, dégager les *«sot-l'y-laisse»* qui font partie du gras de cuisse.



Lever la première cuisse
- Placer le poulet sur le côté, égaliser la peau, la répartir uniformément et la tendre légèrement.
- Inciser en arc de cercle au-dessus du gras de cuisse, passer sous le *«sot-l'y-laisse»* et glisser la lame du couteau jusqu'à l'articulation de la hanche.
- Sectionner les tendons et déboîter la cuisse en tirant légèrement.
- Pratiquer de même pour l'autre cuisse.



Désosser le gras de cuisse
- Inciser le gras de cuisse et dégager le fémur sans oublier la «rotule».

(1) «Sot-l'y-laisse» : morceaux de chair situés de chaque côté de la colonne vertébrale, au-dessus du croupion et au niveau des hanches (assez peu apparent pour que le «sot l'y laisse» par ignorance).



Manchonner la cuisse

- Dégager légèrement la chair du tibia et parer éventuellement les tendons (nerfs) à l'aide d'une paire de ciseaux.



Lever les ailes de la carcasse

- Supprimer l'os en forme de V (la fourchette) sans abîmer les suprêmes.
- Egaliser et bien tendre la peau de la poitrine.
- L'inciser sur toute sa longueur de manière à bien apercevoir l'os du bréchet.
- Longer l'os du bréchet sans laisser de chair, puis descendre le long de l'os des caracoïdes, et déboîter l'articulation de l'humérus en sectionnant les tendons.



- Pratiquer de même pour l'autre aile : dégager délicatement les suprêmes afin de ne pas abîmer ni décoller le petit filet.



Manchonner l'humérus

- Dégager sur environ 1,5 cm la chair de l'os à l'aide d'un couteau d'office.

2ÈME MÉTHODE

Parer et lever les cuisses de volaille de la même manière et supprimer la «fourchette».

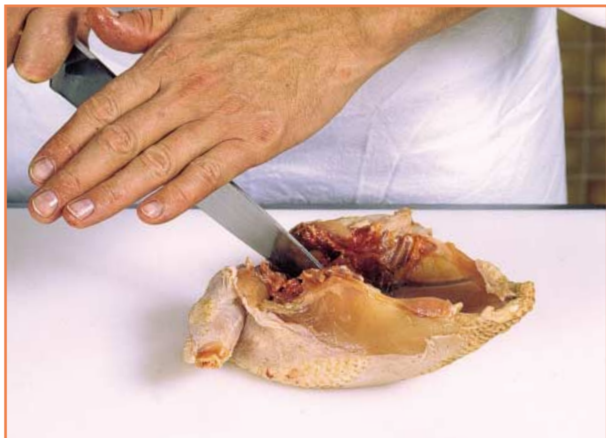


- Maintenir fermement la volaille en relevant les ailerons.
- Séparer la partie thoracique de la volaille en descendant et en coupant à l'oblique, tout en suivant le tracé d'une petite veine grasse visible chez toutes les volailles.



- Sectionner et dégager le reste de la colonne vertébrale.

SUITE



• Fendre légèrement la partie supérieure du sternum pour pouvoir l'aplatir plus facilement.



• Inciser légèrement tout au long de la partie inférieure du bréchet et le dégager : il «s'arrache» facilement quand on le tire avec précaution.



• Egaliser et tendre la peau des suprêmes, puis les séparer en deux pour obtenir les deux ailes.



• Désosser complètement les suprêmes ou ôter simplement les petits os des côtes en laissant les os des caracoïdes et de l'omoplate.
• Manchonner l'extrémité de l'humérus.



REMARQUE

Il est fréquent de ne pas désosser les suprêmes car la cuisson avec os procure une viande plus sapide et moins sèche. Les petits os de la cage thoracique peuvent être éventuellement retirés après la cuisson.

PRÉPARER UNE VOLAILLE POUR GRILLER





Habiller la volaille

- Sectionner les pattes à mi-hauteur (4 à 5 cm au-dessous de l'articulation).
- Poser la volaille sur le dos et la maintenir fermement.
- Glisser à l'intérieur la lame d'un gros couteau et sectionner à droite et à gauche de la colonne vertébrale pour l'extraire entièrement.



Aplatir la volaille

- Poser le poulet sur le ventre et fendre la partie supérieure du bréchet avec la pointe du couteau.
- Ouvrir le poulet et l'aplatir délicatement.



- Oter facultativement les petits os de la cage thoracique (enlevés après cuisson, ils permettent au poulet de mieux se maintenir et de le protéger de la chaleur directe du grill).



- **Inciser l'articulation cuisse-gras de cuisse pour faciliter la cuisson.**
- Sectionner les tendons des pattes.

REMARQUE

Les pattes soigneusement flambées, écaillées et débarrassées des doigts sauf celui du milieu peuvent être conservées.



- Inciser la partie supérieure du triangle de peau (les flans) situé sous la partie inférieure du bréchet et y glisser la patte *(voir «trousser une volaille»)*.
- Replier les ailerons parés au-dessous.

PRÉPARER UNE VOLAILLE POUR GRILLER «EN CRAPAUDINE»

Cette technique s'applique plus spécialement à de petites volailles de calibre 1, à des coquelets ou à des pigeonneaux.



- Parer la volaille.
- Flamber et écailler les pattes. Laisser tous les doigts et sectionner les ongles.
- Couper l'extrémité des ailerons sur un centimètre maximum et parer le pouce.



- Sectionner le poulet en partant de la pointe du bréchet et en suivant le tracé de la petite veine grasse visible sur toutes les volailles.
  Il est possible également d'inciser la peau en arc de cercle autour des gras de cuisse.



- Rabattre la poitrine vers l'avant.
- Glisser l'excédent de la peau du cou par l'orifice thoracique.
- Oter éventuellement les petits os des côtes.
- Aplatir la volaille à l'aide d'une batte à côtelettes.

HABILLER UN CANARD



Canard terminé
- Canard bridé, prêt pour la cuisson.



Etirer et flamber le canard
- Pratiquer comme pour le poulet *(voir pages précédentes)*, flamber également les pattes (pas la partie palmée), la peau doit boursoufler légèrement et se décoller.



- Oter les éventuels duvets, siccots et filoplumes restants.



Décoller la peau des pattes*
• Utiliser un papier absorbant si elles sont encore chaudes, la décoller jusqu'au premier ergot, ne pas nettoyer la partie palmée, elle sera supprimée.



Parer les pattes
• Les sectionner d'un coup net et précis à environ 4 à 5 cm au-dessous de l'articulation (juste au ras du petit doigt situé à l'arrière de la patte).



Parer les ailes
• Les sectionner au niveau de l'articulation humérus-radius-cubitus.



Vider le canard
• Pratiquer comme pour le poulet *(voir pages précédentes).*



Dégager, puis supprimer les clavicules (la fourchette)
• Soulever la peau du cou et les dégager délicatement sans abîmer les suprêmes.



Supprimer les glandes sébacées (glandes uropygiennes)
• Inciser le dessus du croupion du canard et extraire les glandes à l'aide de la pointe d'un couteau d'office.

SUITE



Replier le croupion à l'intérieur
• Le briser de manière à ce qu'il ne ressorte pas lors de la cuisson.



• Sectionner les tendons au niveau de l'articulation de la patte.



Trousser le canard
• Pratiquer une légère incision au sommet du triangle de peau situé sous la pointe du bréchet et y glisser la patte repliée.



Brider le canard
• Brider la partie supérieure comme indiqué pour le poulet *(voir pages précédentes).*
Lors du bridage de la partie inférieure, traverser de part en part le croupion de manière à bien le fixer et éviter qu'il ne ressorte lors de la cuisson.

PRÉPARER LES ABATTIS
Les préparer comme indiqué pour les abattis de poulet *(voir pages précédentes)* :
- concasser les ailerons et le cou,
- supprimer la membrane péricardique et les caillots de sang du cœur,
- défieler le foie,
- ne pas déhousser le gésier.



• Parer et dégraisser le gésier.
• Prélever simplement les deux noix de gésier et jeter le reste.



REMARQUE :
* *Certains professionnels plongent les pattes du canard dans de l'eau bouillante pour pouvoir enlever la peau plus facilement.*

PRÉPARER UN SUPRÊME DE CANARD

Le terme «magret» est réservé uniquement au suprême de canard «mulard» ou de l'oie gavés pour la production de foie gras.



• Si nécessaire, flamber délicatement la peau.
• Oter les éventuels duvets, siccots et filoplumes.



Parer et dénerver le suprême
• Supprimer tous les «nerfs», les aponévroses bleutées recouvrant les muscles.
• Dégager et supprimer les vaisseaux sanguins et les éventuels caillots de sang.



Parer la peau et dégraisser le suprême
• Supprimer une partie de la peau en lui donnant une forme régulière.
• L'inciser en la quadrillant superficiellement (ne pas atteindre la chair).

PRÉPARER UNE JAMBONNETTE DE VOLAILLE



• Lever des cuisses (dégager les cuisses de volaille d'après la méthode expliquée page 246).
• Inciser le gras de cuisse et dégager le fémur, la rotule et la tête du tibia et du péroné.
• Manchonner l'autre extrémité du tibia.
• Sectionner les tendons à l'aide d'une paire de ciseaux.



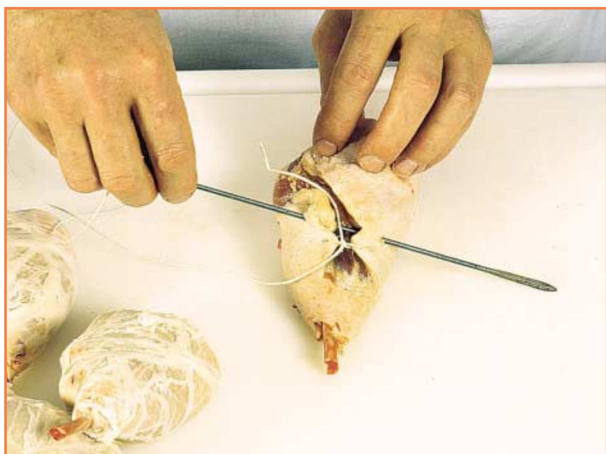
• Prélever un peu de chair et l'utiliser pour la réalisation de la farce.
• Saler et poivrer l'intérieur de la jambonnette.
• Garnir avec une farce (mousseline de canard à l'orange, aux pistaches, Duxelles de champignons des bois,...).

SUITE



Reformer la cuisse

• Ramener le gras de cuisse sur la cuisse et lui donner la forme d'une poire.



• Maintenir la peau en la cousant à l'aide d'une aiguille à brider et de la ficelle.



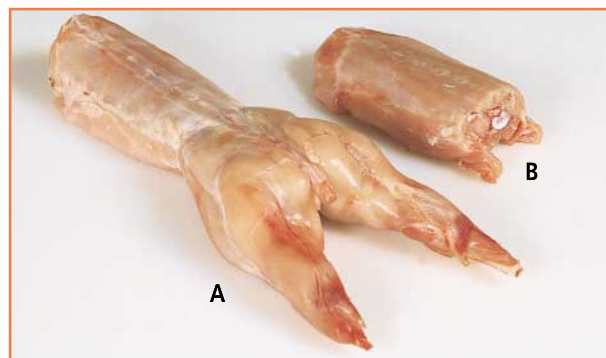
• Envelopper les jambonnettes dans un petit morceau de crépine de porc.

LE LAPIN

Le lapin domestique est un animal de basse-cour. Il est communément rattaché au secteur de la volaille.

Il doit être consommé jeune (3 à 4 mois maximum), il pèse alors entre 1,400 kg et 1,800 kg non dépouillé.

En restauration classique, la partie thoracique est rarement servie, seul l'arrière-train (cuisses et râbles) est utilisé.



A : arrière train • **B** : râble

CRITÈRES QUALITATIFS

La qualité d'un jeune lapereau se reconnaît aux caractères suivants :

- l'aspect doit être très frais,
- le lapereau doit être soigneusement et complètement dépouillé,
- le râble doit être très épais, large et bien viandé (bien râblé),
- les rognons doivent être recouverts de graisse blanche et très fermes,
- la chair doit être légèrement rosée, fine, ferme et très serrée,
- les cuisses doivent être courtes, compactes, massives et rebondies,
- le foie doit être volumineux, brillant et sans taches particulières.

DÉCOUPER UN LAPIN

Selon la grosseur du lapin, il est possible de le découper en 8 ou en 10 morceaux. Il convient donc pour 4 ou 5 personnes.

La découpe du lapin doit être franche et effectuée sans hésitation à l'aide d'un gros couteau parfaitement tranchant.



• Oter le foie et le réserver pour une autre utilisation.



• Séparer la partie thoracique de l'arrière-train au niveau de la jonction des vertèbres dorsales et lombaires.



Dégager les épaules de la partie thoracique
• Glisser simplement la lame d'un couteau entre l'épaule et la cage thoracique (il n'y a pas d'articulation).



Séparer les cuisses du râble
• Déboîter l'articulation et longer les vertèbres sacrées.



• Selon la grosseur des cuisses, les partager en deux d'un coup net et précis.
• Rechercher la présence éventuelle d'éclats d'os.



• Partager le râble en deux ou trois morceaux égaux en parant la pointe de râble (vertèbres sacrées).



UTILISATIONS

- *Arrière-train et râble : rôti ou poêlé à la crème, à la moutarde, aux herbes de Provence, farci, etc.*
- *Morceaux : blanquette, fricassée, gibelotte, sautés en sauce, etc.*

LES FONDS

(Voir également le livre «Technologie culinaire» - Editions B P I).



Les fonds sont des préparations culinaires liquides, aromatiques, claires (sans liaison), plus ou moins concentrées et légèrement parfumées. Les fonds sont obtenus en faisant pocher dans de l'eau deux types d'ingrédients :

1. Des éléments déterminant l'appellation :

- os, crosse, jarret, pieds, parures maigres de veau, ou encore des morceaux de veau de 2ème et 3ème catégories dans le cas du fond brun et du fond blanc de veau,
- carcasses, abattis, volailles à pocher (poule) pour la réalisation du fond brun et du fond blanc de volaille,
- carcasses, abattis, os, parures, bas morceaux et morceaux de gibier âgé pour la réalisation du fond brun ou fumet de gibier,
- arêtes et parures de poissons maigres (sole, barbue, turbot, Saint-Pierre, merlan, colin...) dans le cas du fumet de poisson.

2. Une garniture aromatique :

- carottes, oignons taillés en dés plus ou moins gros, émincés ou en paysanne, suivant la nature du fond ou du fumet et selon sa durée de cuisson,
- tomates concassées ou concentré de tomates en fonction de la couleur souhaitée,
- bouquet garni (tiges de persil, thym, laurier, céleri en branches, poireaux...), facultativement de l'ail pour les fonds bruns.

Suivant leur nature, leur couleur et leurs utilisations, les fonds peuvent être aromatisés par du vin blanc ou du vin rouge, du Noilly, du Porto, du Madère..., par des herbes (estragon, cerfeuil...) ou des épices.

Les fonds ou les fumets confectionnés sans en connaître les utilisations précises (en «mise en place») ne doivent pas être salés, ou du moins très peu. La plupart des sauces étant réalisées actuellement par réduction, il est très difficile de maîtriser précisément l'apport de sel.

CLASSIFICATION

En cuisine traditionnelle, on distingue les fonds suivants :

LES FONDS BLANCS

- **de veau, de volaille, de bœuf ou consommé simple ou marmite (bouillon de pot-au-feu), de poisson, de crustacés et de légumes.**

LES FONDS BRUNS

- **de veau, d'agneau, de porc, de gibier, de volaille (poulet, canard, pigeon...)**

REMARQUE

Les fonds bruns ou blancs sont souvent considérés comme des préparations de base, neutres en goût et en saveur. Ils sont indifféremment utilisés pour la réalisation des sauces, quelle que soit l'origine du produit qu'elles accompagnent.

Pour bien respecter le caractère et la spécificité de chaque sauce réalisée à partir d'un fond, il est indispensable de confectionner un fond ou un fumet par nature de produit.

Exemples :

- *«fond de canard» pour la réalisation d'une sauce destinée à accompagner un canard,*
- *«fumet de sole» et non de poisson pour réaliser la sauce accompagnant des filets de sole.*



PRÉCAUTIONS

- *Utiliser exclusivement des produits très frais, d'excellente qualité marchande et sanitaire :*

- os et parures provenant uniquement du désossage et du parage des carcasses réalisés sur les lieux mêmes de la fabrication des fonds,

- légumes parfaitement sains, très frais, épluchés soigneusement, lavés et décontaminés.

- *Filtrer très finement les fonds et les fumets au chinois étamine ou à l'étamine, sans les fouler (les impuretés passant accidentellement au travers du chinois sont souvent fermentescibles).*
- *Maintenir la cuisson des fonds et des fumets à* ***très*** *faible ébullition, en prenant soin de les écumer fréquemment (une ébullition trop forte trouble le fond).*
- *Refroidir rapidement les fonds et les fumets aussitôt après les avoir passés. En l'absence d'une cellule à refroidissement rapide placer le récipient de fond ou de fumet dans de l'eau glacée et vanner fréquemment.*
- *Débarrasser les fonds et les fumets dans des récipients en acier inoxydable, à couvert et étiquetés. Les réserver en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum jusqu'au moment de leur utilisation.*
- *Respecter scrupuleusement les durées légales de conservation (voir tableau ci-dessous).*
- *Avant de les utiliser, porter à ébullition tous les fonds et les fumets durant quelques minutes.*
- *Jeter impérativement tous les fonds non utilisés qui ont été remis en température et maintenus au chaud durant le service, ainsi que tous les fonds suspects et douteux.*



• Choisir des produits très frais, d'excellente qualité marchande et sanitaire.



• Refroidir les fonds rapidement, puis les maintenir à couvert en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum.

DURÉES LÉGALES DE CONSERVATION DES FONDS

Refroidissement	«Refroidissement rapide en cellule» avec enregistrement de la température	«Refroidissement rapide en cellule» dans un établissement industriel ayant obtenu la marque de salubrité relative aux plats cuisinés, élaborés à l'avance	
Conservation à température inférieure à + 3 °C ↓ 24 heures maximum	Conservation à température inférieure à + 3 °C ↓ J + 3 jours maximum	Liaison réfrigérée, température inférieure à + 3 °C ↓ Durée fixée sous la responsabilité du fabricant après étude de vieillissement et accord des services vétérinaires. Présence d'une D.L.C.	Liaison congelée ou surgelée, température à - 18 °C ↓ Durée fixée sous la responsabilité du fabricant après étude de vieillissement et accord des services vétérinaires. Présence d'une D.L.U.O.

LE FOND BRUN DE VEAU

DENRÉES pour 1 l de FOND	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- os de veau	**kg**	**1,000**		
- crosse de veau	**kg**			
- jarret de veau	**kg**			
- pieds de veau	**kg**			
- parures maigres éventuellement	**kg**			
Facultativement (1)				
- morceaux de veau de 2ème et 3ème catégories (collier, poitrine, tendrons, flanchet)	**kg**	**PM**		
Garniture aromatique				
- carottes	**kg**	**0,100**		
- oignons	**kg**	**0,100**		
- ail	**kg**	**0,010**		
- tomates	**kg**	**0,200**		
ou				
- concentré de tomates	**kg**	**0,020**		
- bouquet garni	**pièce**	**1**		
Mouillement				
- eau ou fond blanc de veau (2)	**l**	**1,5**		
Assaisonnement (3)				
- gros sel (facultatif)	**kg**	**PM**		
Durée moyenne de réalisation			**30 min**	
Durée moyenne de cuisson			**3 à 4 h**	

(1) La qualité savorique des fonds peut être améliorée en utilisant en plus des os, des morceaux de viande de veau de 2ème et 3ème catégories. Les fonds réalisés selon cette méthode sont d'une excellente qualité gustative, mais leur coût de fabrication se trouve considérablement augmenté. Les fonds ainsi obtenus sont principalement destinés à la confection de sauces courtes conduites par déglaçage et réduction.

(2) Il est possible d'obtenir rapidement un fond plus sapide et plus corsé en remplaçant l'eau froide du mouillement par du fond blanc.

(3) Les fonds sans utilisations précises ne se salent pas. L'à-point de l'assaisonnement se réalise généralement après réduction, au moment de la finition. Toutefois, le sel étant un révélateur de saveur, il est possible de saler très légèrement les fonds, à raison de 3 à 5 g de sel par litre de mouillement.

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Réunir les denrées, le matériel de préparation et de cuisson.
- Contrôler la fraîcheur et la qualité des produits.

2) Concasser les ingrédients de base en menus morceaux

3) Les colorer au four dans une plaque à rôtir aux dimensions appropriées

Dans une plaque trop grande, les sucs brûlent et le fond acquiert de l'amertume, dans une plaque trop petite, la coloration uniforme des os est difficile à obtenir.

- Ne pas ajouter de matière grasse.
- Durant la coloration, retourner les os fréquemment.

4) Préparer les éléments de la garniture aromatique

- Eplucher et laver tous les légumes.
- Tailler les carottes et les oignons en gros dés (Mirepoix).
- Ecraser les gousses d'ail dont on aura ôté le germe.
- Concasser les tomates sans les monder.
- Confectionner le bouquet garni.

5) Ajouter les carottes et les oignons découpés en gros dés lorsque les os sont presque suffisamment colorés

- Les répartir sur les os sans remuer, puis les laisser suer durant une dizaine de minutes.

6) Débarrasser les os, les carottes et les oignons dans un rondeau haut ou dans une marmite

7) Mouiller le fond

- Dégraisser complètement la plaque à rôtir, puis la déglacer avec de l'eau froide.
- Verser le déglaçage sur les os.
- Compléter le mouillement avec de l'eau froide, ou éventuellement avec du fond blanc de veau réalisé au préalable.

8) Marquer le fond en cuisson

- Porter le fond à ébullition.
- Dégraisser et écumer soigneusement.
- Ajouter le reste de la garniture (ail, tomates ou concentré de tomates, bouquet garni).
- Maintenir le fond à la température de l'ébullition durant 3 à 4 heures.
- Dépouiller, écumer, dégraisser aussi souvent que nécessaire.
- Compenser éventuellement l'évaporation avec un peu d'eau bouillante.

9) Passer le fond au chinois sans le fouler

- Le passer d'abord au travers d'un chinois ordinaire pour retirer le plus gros des impuretés, puis le filtrer finement à l'aide d'un chinois étamine.
- Dégraisser le fond parfaitement.

10) Refroidir le fond rapidement

- S'il n'est pas utilisé immédiatement, refroidir rapidement le fond et le maintenir à couvert en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum.

UTILISATIONS

- *Outre la confection des grandes sauces de base traditionnelles (espagnole, demi-glace, fond brun de veau lié) et de leurs nombreux dérivés (sauce madère, bordelaise, Périgueux, etc.), les fonds bruns servent à la réalisation de toutes les sauces brunes réalisées «à la commande» par déglaçage (sauce Bercy, au poivre, à la lie de vin...).*
- *Les fonds bruns servent également à la confection des glaces de viande, à la cuisson et au mouillement des viandes braisées et des sautés en sauce (ragoûts), et à la confection de certains jus et fonds de poêlage.*



- Mettre en place le poste de travail.
- Concasser les ingrédients de base en menus morceaux.



- Les colorer au four sans matière grasse (dans une plaque à rôtir).
- Lorsque la coloration des os est suffisante, ajouter les carottes et les oignons taillés en gros dés.
- Puis, laisser suer la garniture aromatique durant une dizaine de minutes.



- Débarrasser les os et la garniture aromatique dans un rondeau ou dans une marmite.
- Dégraisser, puis déglacer la plaque à rôtir, verser le déglaçage sur les os et compléter le mouillement avec de l'eau froide.
- Porter à ébullition, écumer soigneusement, et ajouter les tomates concassées, l'ail et le bouquet garni.

SUITE



- Maintenir le fond à la température de l'ébullition : il doit juste frémir durant 3 à 4 heures.
- Dépouiller, dégraisser, écumer aussi souvent que nécessaire.
- Compenser éventuellement l'évaporation en ajoutant un peu d'eau bouillante.



- Passer le fond au chinois sans le fouler : le passer d'abord au chinois ordinaire, puis le filtrer ensuite très finement au travers d'un chinois étamine.



- Refroidir le fond très rapidement, puis le maintenir à couvert en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum.

LE FOND BRUN DE VOLAILLE

MÉTHODE TRADITIONNELLE

DENRÉES pour 1 l de FOND	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- abattis de volaille (sauf le foie)	kg	1,000		
- carcasses	kg			
- volaille âgée (facultatif)	kg	PM		
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,100		
- oignons	kg	0,100		
- tomates	kg	0,200		
ou				
- concentré de tomates	kg	0,020		
- ail	kg	0,010		
- bouquet garni		PM		
Mouillement				
- eau ou fond de volaille	l	1,5		
Assaisonnement				
- gros sel (facultatif)		PM		
Durée moyenne de réalisation			20 à 25 min	
Durée moyenne de cuisson			1 h 30 min à 2 h	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

2) Concasser les carcasses et les abattis de volaille

3) Les colorer au four dans une plaque à rôtir aux dimensions appropriées

4) Préparer la garniture aromatique

5) Ajouter les carottes et les oignons découpés en dés, lorsque la coloration des os est presque terminée

- Laisser suer la garniture aromatique durant une dizaine de minutes.

6) **Débarrasser les os et la garniture aromatique dans un rondeau haut ou dans une marmite**

7) **Mouiller le fond brun de volaille**

- Dégraisser la plaque à rôtir, puis la déglacer.
- Ajouter le déglaçage sur les os.
- Mouiller le fond avec l'eau froide ou le fond de volaille.

8) **Cuire le fond durant une heure trente minutes à deux heures**

- Porter le fond à ébullition.
- Dégraisser et écumer.
- Ajouter le reste de la garniture aromatique.
- Maintenir le fond à **très** faible ébullition durant une heure trente minutes à deux heures.
- Dépouiller, dégraisser et écumer aussi souvent que nécessaire.

9) **Passer le fond brun de volaille sans le fouler**

10) **Refroidir le fond rapidement**

- Le réserver à couvert en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum.

MÉTHODE RAPIDE

DENRÉES pour 1 l de FOND	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- abattis de volaille (sauf le foie)	kg			
- carcasses	kg	1,000		
- volaille âgée (facultatif)	kg			
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,100		
- oignons	kg	0,100		
- tomates	kg	0,200		
ou				
- concentré de tomates	kg	0,020		
- ail	kg	0,010		
- bouquet garni		PM		
Mouillement				
- eau froide	l	1,20		
- fond brun de veau déshydraté	kg	0,070		
Durée moyenne de réalisation			20 à 25 min	
Durée moyenne de cuisson			35 à 40 min	

TECHNIQUE

1) **Mettre en place le poste de travail**

2) **Concasser les carcasses et les abattis de volaille**

3) **Les colorer au four dans une plaque à rôtir**

4) **Préparer la garniture aromatique**

5) **Ajouter les carottes et les oignons découpés en dés**

6) **Débarrasser les os et la garniture aromatique dans un rondeau haut ou dans une marmite**

7) **Mouiller et cuire le fond brun de volaille**

- Dégraisser la plaque à rôtir et la déglacer.
- Ajouter le déglaçage sur les os.
- Mouiller à l'eau froide.
- Porter à ébullition, et écumer si nécessaire.
- Ajouter le reste de la garniture aromatique.
- Laisser le fond de volaille cuire doucement à très faible ébullition, durant une trentaine de minutes.
- Délayer le fond en poudre avec un peu d'eau froide.
- Verser le mélange progressivement sur le fond en ébullition, et remuer doucement pour ne pas le troubler.
- Cuire le fond brun une dizaine de minutes supplémentaires.
- Le dépouiller, le dégraisser et l'écumer aussi souvent que nécessaire.

8) **Passer le fond brun de volaille au chinois sans le fouler**

9) **Refroidir le fond rapidement ou l'utiliser immédiatement.**



REMARQUE

Cette méthode permet de réaliser un fond brun de volaille, clair ou lié très rapidement. Elle est généralement utilisée pour confectionner un fond brun de volaille en petite quantité.

Le fond brun déshydraté clair ou lié peut être avantageusement remplacé par du fond brun de veau réalisé selon la méthode traditionnelle ou par de la sauce espagnole.

La réalisation du fond brun de gibier à plumes (pigeon, faisan, canard sauvage) est souvent identique à cette méthode.

LE FOND BRUN OU FUMET DE GIBIER

MÉTHODE TRADITIONNELLE

DENRÉES pour 1 l de FOND	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- os et parures maigres de gibier à poils	kg	1,000		
- bas morceaux d'animaux âgés (cou, collier, poitrine)	kg			
ou				
- carcasses et abattis de gibier à plumes	kg	1,000		
- oiseaux âgés (faisans, pigeons)	kg			
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,100		
- oignons	kg	0,100		
- tiges de persil		PM		
- thym, laurier, sauge, romarin, sarriette…		PM		
Mouillement				
- vin blanc	l	0,10		
- eau froide	l	1,40		
Assaisonnement				
- gros sel (facultatif)		PM		
- poivre en grains		PM		
- baies de genévrier		PM		
Durée moyenne de réalisation			20 à 25 min	
Durée moyenne de cuisson			2 h 30 min à 3 h	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

2) Concasser les os et les parures de gibier à poils, ou les carcasses et les abattis de gibier à plumes

3) Les colorer au four dans une plaque à rôtir

4) Eplucher, laver et tailler les légumes de la garniture aromatique

5) Ajouter les carottes et les oignons découpés en dés lorsque la coloration des os ou des carcasses est suffisante

- Les laisser suer durant une dizaine de minutes.

6) Débarrasser les os ou les carcasses et la garniture aromatique dans un rondeau haut ou dans une marmite

7) Mouiller et cuire le fond brun de gibier

- Dégraisser la plaque à rôtir et la déglacer avec le vin blanc, puis le laisser réduire de moitié.
- Verser le déglaçage réduit sur les os ou sur les carcasses.
- Compléter le mouillement avec de l'eau froide.
- Porter à ébullition et écumer si nécessaire.
- Ajouter le reste de la garniture aromatique.
- Laisser le fond de gibier cuire doucement à très faible ébullition durant deux heures trente à trois heures.
- Durant la cuisson, dégraisser, dépouiller et écumer le fond aussi souvent que nécessaire.

8) Passer le fond de gibier sans le fouler

9) Le refroidir rapidement

10) Le réserver à couvert en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum.



REMARQUE

Le fond brun réalisé selon cette méthode est principalement utilisé pour déglacer les sucs de pièces de gibier rôties ou sautées, et pour mouiller la sauce de base (poivrade) lorsqu'il est réalisé à partir d'os ou de parures de gibier à poils.

AUTRE MÉTHODE

Cette méthode permet de confectionner simultanément le fond brun de gibier et la sauce poivrade. Le mouillement est réalisé à partir de fond brun de gibier, ou à partir de fond brun de veau lié ou encore de sauce espagnole.

DENRÉES pour 1 l de FOND ou de SAUCE	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- os et parures de gibier à poils	**kg**			
- bas morceaux (cou, collier, poitrine)	**kg**	**1,000**		
- morceaux d'animaux âgés	**kg**			
Marinade et garniture aromatique				
- vin blanc ou rouge	**l**	**0,50**		
- Cognac	**l**	**0,05**		
- vinaigre de vin	**l**	**0,05**		
- huile	**l**	**0,05**		
- carottes	**kg**	**0,100**		
- oignons	**kg**	**0,100**		
- bouquet garni	**pièce**	**1**		
Mouillement				
- marinade	**l**	**PM**		
- fond brun de gibier (éventuellement de veau)	**l**	**1,20**		
ou				
- fond brun de veau lié	**l**	**1,20**		
ou				
- sauce espagnole	**l**	**1,20**		
Assaisonnement				
- sel		**PM**		
- poivre en grains		**PM**		
Durée moyenne de réalisation			**25 à 30 min**	
Durée moyenne de cuisson			**1 h à 1 h 30 min**	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

2) Concasser les os, et découper la viande et les parures en menus morceaux

3) Les placer en marinade avec la garniture aromatique, le vin, l'huile et le Cognac (voir pages 332 et suivantes)

4) Egoutter soigneusement les ingrédients de base et la garniture aromatique

- Bien les éponger.

5) Colorer au four les os, les parures et les morceaux de gibier dans une plaque à rôtir

6) Ajouter la garniture aromatique de la marinade lorsque la coloration des ingrédients de base est suffisante

(Il est possible de la compléter ou de la remplacer par une nouvelle garniture).

- La laisser suer durant une dizaine de minutes.

7) Débarrasser les os, les morceaux de gibier et la garniture aromatique dans un rondeau haut ou dans une marmite

8) Mouiller et cuire le fond de gibier

- Dégraisser la plaque à rôtir, si nécessaire.
- La déglacer avec la marinade, puis verser le déglaçage sur les os et les parures.
- Réduire la marinade presque à sec.
- Mouiller avec le fond brun de gibier, éventuellement avec du fond brun de veau ou, pour la réalisation de la sauce poivrade, mouiller avec du fond brun de veau lié ou avec de la sauce espagnole.
- Porter le fond brun de gibier ou la sauce poivrade à ébullition.
- Ecumer, dégraisser, dépouiller aussi souvent que nécessaire.
- Laisser cuire à très faible ébullition, durant une heure à une heure trente (la cuisson de la sauce poivrade doit être réalisée de préférence au four).
- Dix minutes avant la fin de la cuisson, ajouter le poivre en grains écrasés (mignonnette).

9) Passer le fond brun de gibier ou la sauce poivrade au chinois

10) Refroidir rapidement le fond ou la sauce, et le ou la réserver à couvert en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum.

LE FOND BLANC DE VEAU ET DE VOLAILLE

La réalisation de ces deux fonds blancs est commune, seuls les ingrédients de base sont différents.

DENRÉES pour 1 l de FOND	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
FOND BLANC DE VEAU **Base** - os et parures maigres de veau - pieds, crosse, jarret de veau - morceau de veau de 2ème et 3ème catégories (facultatif) - collier, poitrine, tendrons, flanchet	 kg kg kg kg	 1,000		
FOND BLANC DE VOLAILLE **Base** - carcasses et abattis de volaille - volaille à pocher (poule)	 kg kg	 1,000		
Garniture aromatique - carottes - oignons - blancs de poireaux - céleri en branche - bouquet garni	 kg kg kg kg pièce	 0,100 0,100 0,200 0,080 1		
Mouillement - eau froide	 l	 1,5		
Assaisonnement - gros sel (facultatif) - poivre en grains - clous de girofle		 PM PM PM		
Durée moyenne de réalisation			**20 à 25 min**	
Durée moyenne de cuisson du fond blanc de veau			**2 h 30 min à 3 h**	
Durée moyenne de cuisson du fond blanc de volaille			**45 min à 1 h**	

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Réunir les denrées, le matériel de préparation et de cuisson.
- Contrôler la fraîcheur et la qualité des produits.

2) Concasser finement les os ou les carcasses et les abattis de volaille

- Découper la viande en morceaux, habiller et brider la ou les volailles, s'il y a lieu.

3) Blanchir les os et la viande

(Les ingrédients de base peuvent être mis à dégorger au préalable).

- Mouiller avec de l'eau froide, porter à ébullition et laisser frémir durant quelques minutes, en écumant fréquemment.

4) Rafraîchir les ingrédients de base à l'eau courante

- Bien les rincer et les égoutter dans une passoire.
- Rincer le rondeau haut ou la marmite.

5) Marquer le fond blanc en cuisson

- Replacer les ingrédients de base dans le récipient.
- Mouiller avec de l'eau froide.
- Porter à ébullition et écumer soigneusement.

6) Préparer les éléments de la garniture aromatique

- Eplucher et laver tous les légumes.
- Tailler les carottes en tronçons.
- Confectionner un bouquet garni avec les blancs de poireau et le céleri.
- Piquer le ou les oignons (voir page 357).

7) Ajouter la garniture aromatique dans le fond blanc

8) Maintenir la cuisson du fond blanc à très faible ébullition durant 2 heures 30 minutes à 3 heures pour le fond de veau, et durant 45 minutes à 1 heure pour le fond blanc de volaille

- Ecumer, dégraisser et dépouiller le fond aussi souvent que nécessaire.
- Compenser éventuellement l'évaporation avec un peu d'eau bouillante.

9) Passer le fond au chinois étamine, sans le fouler ni le remuer

- Le fond blanc doit être parfaitement limpide et non «laiteux».
- Si nécessaire, dégraisser à nouveau parfaitement.

10) Refroidir le fond rapidement

- S'il n'est pas utilisé immédiatement, le refroidir rapidement et le maintenir à couvert en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum.



REMARQUE

- Les fonds blancs sans utilisations précises ne se salent pas. L'à-point de l'assaisonnement se réalise généralement au moment de l'utilisation. Toutefois, il est possible de les saler très légèrement à raison de 3 à 5 g de sel par litre. Du poivre concassé peut être également ajouté quelques minutes avant la fin de la cuisson.

- Pour réaliser un fond d'une excellente qualité, une autre méthode peut être envisagée : réaliser un fond blanc composé d'os uniquement, d'après la méthode précédente. Puis, remarquer un fond avec la viande en le mouillant avec le fond d'os refroidi.

Ce procédé permet d'extraire le maximum d'éléments sapides et gélatineux des os, et de récupérer éventuellement la viande pour une autre utilisation.

UTILISATIONS

En dehors de la confection des grandes sauces de base traditionnelles (velouté de veau et de volaille), et de leurs nombreux dérivés (sauce allemande, poulette, suprême, aurore, ivoire, hongroise...), les fonds blancs peuvent servir à la réalisation de nombreux potages (veloutés et crèmes divers), au mouillement des légumes braisés (laitues, céleris, choux), des viandes pochées (poularde, blanquette) braisées à blanc, des fricassées et des riz pilaf d'accompagnement.

LE FOND BLANC DE VEAU



- Mettre en place le poste de travail.
- Concasser les ingrédients de base en menus morceaux.



- Les blanchir durant quelques minutes (ils peuvent être mis à dégorger au préalable).
- Les écumer soigneusement, puis les rafraîchir à l'eau courante.
- Rincer le récipient.



- Marquer le fond blanc en cuisson. Replacer les ingrédients de base dans le récipient. Mouiller à l'eau froide et porter à ébullition.
- Ecumer et dégraisser soigneusement.
- Ajouter la garniture aromatique.

SUITE



- Maintenir la cuisson du fond blanc à **très** faible ébullition durant 2 heures 30 minutes à 3 heures.
- Ecumer, dégraisser et dépouiller aussi souvent que nécessaire.
- Compenser éventuellement l'évaporation en ajoutant un peu d'eau bouillante.



- Passer le fond blanc au chinois étamine sans le fouler. Le dégraisser parfaitement si nécessaire.



- Refroidir le fond rapidement, puis le maintenir à couvert en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum.

LE FUMET DE POISSON

BON D'ÉCONOMAT



DENRÉES pour 1 l de FUMET	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- arêtes et parures de poissons maigres (sole, turbot, barbue, merlan, St-Pierre , colin...)	**kg**	**0,600**		
- beurre	**kg**	**0,040**		
Garniture aromatique				
- échalotes	**kg**	**0,030**		
- oignons	**kg**	**0,080**		
- carottes (facultatif)	**kg**	**0,050**		
- parures et pieds de champignons	**kg**	**PM**		
- bouquet garni	**pièce**	**1**		
Mouillement				
- eau froide	**l**	**1**		
- vin blanc ou vin rouge, selon l'utilisation	**l**	**0,10**		
- Noilly éventuellement		**PM**		
Assaisonnement				
- gros sel		**PM**		
- poivre en grains		**PM**		
Durée moyenne de préparation			**15 à 20 min**	
Durée moyenne de cuisson			**20 à 25 min**	

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Réunir les denrées, le matériel de préparation et de cuisson.
- Contrôler la fraîcheur et la qualité des produits.

2) Concasser, dégorger rapidement rincer soigneusement les parures et les arêtes de poisson.

- Oter soigneusement tous les caillots de sang, les ouïes et les yeux des têtes.

3) Préparer les éléments de la garniture aromatique

- Eplucher et laver tous les légumes.
- Emincer finement les échalotes, les oignons et tailler les carottes en paysanne s'il y a lieu.
- Confectionner le bouquet garni.

4) Marquer le fumet de poisson en cuisson.

- Faire suer au beurre la garniture aromatique finement émincée.
- Ajouter les arêtes soigneusement égouttées et faire suer l'ensemble durant quelques minutes.
- Mouiller à hauteur des arêtes avec l'eau froide, et éventuellement le vin.
- Ajouter le bouquet garni et les parures de champignons.
- Porter le fumet à ébullition, et le laisser frémir très lentement durant 20 à 25 minutes.
- Ecumer fréquemment au cours de la cuisson.
- Saler très légèrement.
- Ajouter des grains de poivre écrasés quelques minutes avant la fin de la cuisson.

5) Passer le fumet de poisson au chinois étamine sans fouler

6) Refroidir le fumet rapidement

- Le placer dans un autre récipient contenant de l'eau glacée, puis le réserver à couvert en enceinte réfrigérée à + 3 °C durant 24 h au maximum.



REMARQUE

Les fumets de poisson sont le plus souvent utilisés pour la réalisation de sauces conduites par réduction.

Un fumet trop mouillé nécessite une réduction longue, du temps, de l'énergie, et acquiert souvent un très mauvais goût lors de la réduction.

Un fumet de poisson doit être parfaitement limpide : une ébullition prolongée ou trop rapide risque de le troubler.

UTILISATIONS

Outre la réalisation du velouté de poisson et de ses nombreuses sauces dérivées (Bercy, crevettes, normande, Nantua, vin blanc...), le fumet de poisson est utilisé pour le mouillement des poissons ou des filets de poissons pochés au court-mouillement et braisés, de la sauce américaine, des potages et des soupes de poissons.



- Mettre en place le poste de travail.
- Concasser, dégorger rapidement et rincer les arêtes.
- Eplucher, laver et émincer finement les légumes de la garniture aromatique.
- Les faire suer au beurre très lentement, en évitant toute coloration.



- Ajouter les arêtes soigneusement égouttées, et faire suer l'ensemble durant quelques minutes.

SUITE



• Mouiller à hauteur des arêtes avec de l'eau froide, et éventuellement un peu de vin blanc ou rouge (selon l'utilisation du fumet).
• Ajouter le bouquet garni et les parures de champignons.



• Passer le fumet au chinois étamine, sans le fouler.



• Porter le fumet à ébullition, et le laisser frémir très lentement durant 20 à 25 minutes.
• Ecumer fréquemment durant la cuisson.
• Saler très légèrement, et ajouter quelques grains de poivre écrasés en fin de cuisson.



• Le refroidir rapidement, puis le maintenir à couvert en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum durant 24 h (sauf dérogation).

LE CONSOMMÉ BLANC SIMPLE OU MARMITE (OU «BOUILLON DE POT-AU-FEU»)

BON D'ÉCONOMAT



DENRÉES pour 1 l de MARMITE	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- jumeau	kg			
- gîte-gîte	kg			
- macreuse	kg	1,000		
- plat de côtes	kg			
- os de crosse et os à moelle	kg			
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,150		
- oignons	kg	0,150		
- poireaux	kg	0,150		
- céleri	kg	0,080		
- panais (facultatif)	kg	PM		
- rutabagas (facultatif)	kg	PM		
- navets (facultatif)	kg	PM		
- ail	kg	0,005		
- bouquet garni	pièce	1		
Mouillement				
- eau froide	l	1,5 à 2		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- poivre en grains		PM		
- clous de girofle		PM		
Durée moyenne de préparation			20 à 25 min	
Durée moyenne de cuisson			3 à 4 h	

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Réunir les denrées, le matériel de préparation de cuisson.
- Contrôler la fraîcheur et la qualité des produits.

2) Préparer les ingrédients de base

- Parer, dégraisser si nécessaire, et ficeler les morceaux de viande.
- Concasser les os, récupérer et réserver la moelle s'il y a lieu dans une petite calotte avec de l'eau glacée.

3) Blanchir la viande et les os durant 3 à 4 minutes

- Réunir la viande et les os dans une grande marmite.
- Les recouvrir avec de l'eau froide, puis porter à ébullition.
- Ecumer soigneusement.
- Rafraîchir la viande et les os à l'eau courante.

4) Marquer la marmite en cuisson

- Replacer la viande et les os dans la marmite soigneusement rincée.
- Recouvrir amplement avec de l'eau froide.
- Saler au gros sel, puis porter à ébullition.

5) Préparer les légumes de la garniture aromatique

- Eplucher et laver tous les légumes.
- Tronçonner les carottes, si elles sont très grosses.
- Couper transversalement les oignons et les faire colorer sur la plaque du fourneau, en réserver un ou deux et les piquer (clouter) avec un clou de girofle, côté talon.
- Confectionner le bouquet garni avec les tiges de persil, le thym, le laurier, les poireaux et le céleri en branche.

6) Ecumer et dégraisser soigneusement la marmite

7) Ajouter la garniture aromatique au bout d'une heure de cuisson

8) Laisser cuire la marmite à découvert à très faible ébullition durant 3 à 4 heures selon la qualité de la viande

- Ecumer et dégraisser aussi souvent que nécessaire (pour faire remonter la graisse, ajouter de temps en temps une

SUITE

petite louche d'eau froide, et dégraisser immédiatement).

9) S'assurer de la cuisson de la viande et la débarrasser ainsi que la garniture aromatique

10) Passer délicatement la marmite au chinois étamine dans un bahut en acier inoxydable

- Ajouter quelques grains de poivre écrasés, au fond du chinois.
- Ne pas remuer le fond de la marmite afin de ne pas la troubler, elle doit être parfaitement limpide et légèrement ambrée.
- La laisser reposer quelques instants, la dégraisser à nouveau si nécessaire, et la refroidir rapidement.



- Mettre en place le poste de travail.
- Parer, dégraisser et ficeler la viande.
- Concasser les os.
- Blanchir la viande et les os durant 3 à 4 minutes.
- Bien écumer et rafraîchir.



- Marquer la marmite en cuisson.
- Replacer la viande et les os blanchis dans la marmite.
- Recouvrir amplement avec de l'eau froide.
- Saler au gros sel, et porter à ébullition.



- Laisser cuire la marmite à découvert à très petite ébullition (une ébullition trop rapide risquerait de la troubler).
- Ecumer et dégraisser soigneusement avant d'ajouter la garniture aromatique.



- Préparer les légumes de la garniture aromatique :
- carottes entières ou en tronçons,
- oignons cloutés coté talon, et oignons caramélisés sur la plaque du fourneau,
- bouquet garni.



- Les oignons sont coupés transversalement et colorés (caramélisés) sur la plaque du fourneau. Ils communiquent ainsi une couleur ambrée et une saveur particulière à la marmite.



• Ajouter toute la garniture aromatique, au bout d'une heure de cuisson.



• Ecumer et dégraisser aussi souvent que nécessaire.
• Laisser cuire la marmite à découvert et à très faible ébullition durant 3 à 4 heures, selon la qualité de la viande.



• S'assurer de la cuisson de la viande, la débarrasser et la réserver pour une autre utilisation.
• Débarrasser également les légumes.



• Passer délicatement la marmite au chinois étamine, sans la troubler.



• Refroidir rapidement la marmite, et la réserver à couvert en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum.

SUITE



REMARQUE

- *La marmite peut être marquée en cuisson sans blanchiment préalable ; dans ce cas, il est nécessaire d'écumer soigneusement et fréquemment.*
- *Afin d'obtenir une marmite plus sapide, il est possible de réaliser à l'avance un fond d'os de bœuf, et de mouiller la viande de la marmite avec ce fond.*
- *Une troisième méthode plus rapide peut être envisagée : la viande est hachée et la garniture aromatique finement ciselée. Cette méthode s'apparente à la clarification (voir page suivante).*
- *Récupérer la viande de la marmite pour une autre utilisation (pot-au-feu, salade composée...).*
- *Ne jamais laisser refroidir la marmite sans avoir retiré la viande, les os et la garniture aromatique au préalable (risque de fermentation).*

UTILISATIONS

La marmite est principalement utilisée pour la réalisation des consommés simples ou doubles et en gelée, ainsi que pour la réalisation des petites marmites (voir l'ouvrage «Technologie culinaire», chapitre des potages clairs - Editions BPI).

Renforcée en éléments gélatineux (pieds de veau, feuilles de gélatine éventuellement) la marmite, après clarification, peut servir de base à la réalisation de gelées.

CLARIFIER UNE MARMITE

En partant d'une marmite, d'un fumet de poisson ou de crustacés, la clarification permet d'obtenir un consommé ou une gelée.

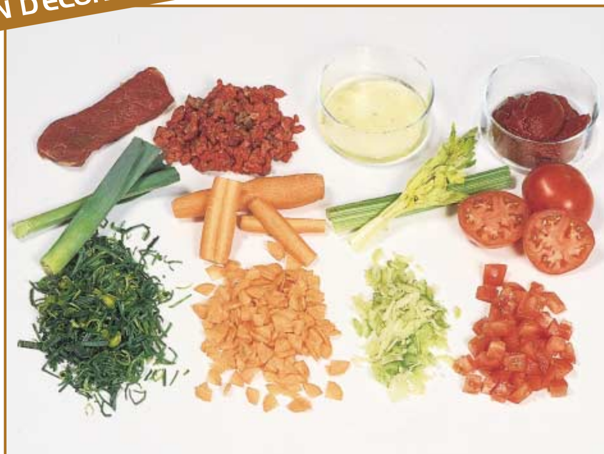
La clarification est obtenue grâce à l'action conjuguée des protéines des blancs d'œufs, de la viande ou du sang, qui coagulent progressivement et entraînent les impuretés prises dans les «mailles» du coagulat.

La clarification permet également de renforcer la saveur du consommé ou de la gelée, grâce à l'addition de viande hachée (maigre de bœuf, blanc de volaille, chair de poisson, de gibier, suivant le cas) et d'une garniture aromatique.

DENRÉES pour obtenir 1 l de CONSOMMÉ

	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Eléments clarifiants				
- maigre de bœuf à hacher (paleron, basses côtes)	**kg**	**0,200**		
- blanc d'œuf	**pièce**	**1**		
Garniture aromatique				
- carottes	**kg**	**0,050**		
- vert de poireau	**kg**	**0,050**		
- céleri en branche	**kg**	**0,020**		
- tomates	**kg**	**0,080**		
- concentré de tomates	**kg**	**0,010**		
- cerfeuil	**botte**	**PM**		
Eau ou glaçons		**PM**		
Mouillement				
- marmite	**l**	**1,2**		
Assaisonnement				
- sel fin		**PM**		
- poivre en grains		**PM**		
Durée moyenne de réalisation			**15 à 20 min**	
Durée moyenne de cuisson			**45 min à 1 h**	

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

2) Préparer la viande

- Parer, dénerver et dégraisser la viande parfaitement.
- La hacher pas trop finement (utiliser la grosse grille du hachoir ou la hacher au couteau).

3) Préparer la garniture aromatique

- Eplucher et laver tous les légumes.
- Emincer finement les carottes, le vert de poireau et le céleri.
- Concasser les tomates.

4) Réaliser la clarification

- Selon la quantité de marmite à clarifier, réunir dans une grande russe ou dans un rondeau :

- la viande hachée,
- la garniture aromatique,
- les tomates concassées et le concentré,
- les blancs d'œufs et un peu d'eau froide.

- Verser progressivement la marmite refroidie et parfaitement dégraissée sur les éléments de la clarification, et bien mélanger le tout.
- Porter doucement à ébullition en remuant lentement, sans discontinuer, avec une spatule.
- Réduire le feu dès que l'ébullition commence à se manifester.
- Ne plus remuer, laisser juste frémir. Le coagulat forme une sorte de cratère au centre du récipient, d'où l'on peut apercevoir le consommé frémir.
- Laisser clarifier la marmite durant 45 minutes à 1 heure (un peu moins pour de petites quantités).

5) Passer très délicatement le consommé à l'étamine dans un récipient en acier inoxydable parfaitement propre

- Placer dans l'étamine quelques grains de poivre concassés et du cerfeuil fraîchement haché.

6) Dégraisser parfaitement le consommé

- Utiliser du papier absorbant et effleurer la surface du consommé pour en retirer tous les «yeux».
- Vérifier l'assaisonnement.

7) Utiliser le consommé immédiatement ou le refroidir rapidement.

- Le maintenir à couvert en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum.



REMARQUE

La marmite peut être ajoutée bouillante sur les éléments de la clarification. Dans ce cas, pour éviter la coagulation trop rapide des blancs d'œufs et de la viande, il est nécessaire d'ajouter des glaçons.

Pour obtenir une bonne clarification, la marmite doit être salée.

Ne pas exagérer la quantité de blanc d'œuf : en effet, celui-ci affaiblit la saveur du consommé.



- Mettre en place le poste de travail.
- Parer, dénerver, dégraisser parfaitement la viande, et la hacher.
- Emincer finement les légumes de la garniture aromatique.

SUITE



• Réunir dans une russe ou un rondeau la viande hachée, la garniture aromatique finement émincée, les blancs d'œufs, un peu d'eau, et des glaçons si la marmite est encore chaude.



• Verser progressivement la marmite sur les éléments de la clarification, et bien mélanger le tout.



• Porter doucement la clarification à ébullition, en remuant lentement à l'aide d'une spatule.



• Lorsque la clarification arrive presque à la température de l'ébullition, cesser de remuer, réduire le feu et laisser la marmite clarifier durant 45 minutes à 1 heure (moins en petite quantité).



• Placer l'étamine bien rincée dans un chinois étamine, y mettre quelques grains de poivre écrasés et du cerfeuil fraîchement haché.
• Passer le consommé très délicatement pour ne pas le troubler.



• Vérifier l'assaisonnement.
• Dégraisser parfaitement la surface du consommé, en l'effleurant avec un papier absorbant.

LES GLACES

Les glaces de viande, de volaille, de gibier ou de poisson sont des **fonds clairs** (sans liaison), **non assaisonnés**, que l'on réduit très lentement pour évaporer une partie de l'eau et en concentrer ainsi les sucs. Selon la couleur désirée, on optera pour des fonds bruns ou blancs.

Les glaces sont utilisées dans les conditions suivantes :

- pour corser les fonds ou les sauces dont la saveur paraît insipide,
- pour renforcer la tonalité (couleur et caractère) d'une sauce,
- pour envelopper certains mets d'une couche brillante (lames de truffes, par exemple),
- ou directement comme sauce mise au point avec du beurre, de la crème, des herbes... dans le cas des sauces Chateaubriand, Bercy, Colbert, Solférino, par exemple.

RÉALISER UNE GLACE DE VIANDE



• Porter le fond brun de veau à ébullition dans une grande sauteuse, et le faire réduire.
• L'écumer et le dépouiller aussi souvent que nécessaire.



• Au fur et à mesure de sa concentration, le passer au chinois étamine ou à l'étamine (dans une sauteuse un peu plus petite).



• Diminuer l'intensité du feu, et poursuivre la réduction en écumant et en dépouillant aussi souvent que nécessaire.
• Passer à nouveau la glace de viande dans une sauteuse plus petite.



• Contrôler le degré de concentration de la glace de viande. L'à-point des glaces se reconnaît lorsque le liquide restant prend une consistance sirupeuse et lorsque la glace recouvre (nappe) le dos d'une cuiller d'une couche brillante et bien adhérente.



• Passer à nouveau la glace de viande au chinois étamine ou au travers d'une étamine. La refroidir rapidement et la réserver à couvert en enceinte réfrigérée.

LES GRANDES SAUCES DE BASE

LA SAUCE ESPAGNOLE (RÉALISÉE EN PETITE QUANTITÉ)

BON D'ÉCONOMAT



DENRÉES pour 1 l de SAUCE				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- fond brun de veau	**l**	**1,500**		
Garniture aromatique				
- poitrine de porc maigre	**kg**	**0,050**		
- carottes	**kg**	**0,050**		
- oignons	**kg**	**0,050**		
- tomates fraîches	**kg**	**0,300**		
- concentré de tomates	**kg**	**0,040**		
- parures de champignons	**kg**	**PM**		
- ail	**kg**	**0,010**		
- bouquet garni	**pièce**	**1**		
Liaison (roux brun)				
- beurre	**kg**	**0,060**		
- farine	**kg**	**0,060**		
Assaisonnement				
- sel fin		**PM**		
- poivre du moulin		**PM**		
Durée moyenne de préparation			**15 à 20 min**	
Durée moyenne de cuisson			**1 h/1 h 30 min minimum**	

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Préparer les éléments de la garniture aromatique
- Tailler le lard en petits dés et le faire blanchir.
- Eplucher, laver, tailler les carottes et les oignons en «Mirepoix» (petits cubes).
- Eplucher et laver les gousses d'ail, ôter le germe, puis les écraser.
- Confectionner le bouquet garni.

3) Mettre le fond brun de veau à bouillir

4) Réaliser la sauce espagnole
- Faire fondre le lard dans une grande sauteuse, avec le beurre.
- Ajouter les carottes et les oignons, les laisser pincer légèrement.
- Ajouter la farine et la laisser torréfier de manière à obtenir un roux légèrement brun.
- Ajouter le concentré de tomates et le faire «revenir» durant quelques secondes pour atténuer son acidité.
- Laisser refroidir le roux brun tomaté.
- Verser progressivement le fond brun de veau bouillant en remuant à l'aide d'un fouet.
- Porter la sauce à ébullition sans arrêter de remuer.
- Ajouter les tomates concassées, l'ail et le bouquet garni.
- Cuire la sauce à couvert (au four, de préférence) durant une heure à une heure trente, selon la quantité mise en œuvre.
- Dépouiller aussi souvent que nécessaire.

5) Passer la sauce espagnole au chinois
- Vérifier l'assaisonnement de la sauce et son onctuosité (si elle est trop épaisse, la détendre avec un peu de fond brun bouillant).

• Oter le bouquet garni et passer la sauce au chinois étamine, en foulant légèrement.

6) Refroidir la sauce rapidement en la vannant

• La filmer et la réserver en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum.



REMARQUE

Il est possible de lier ou de modifier la consistance de la sauce espagnole, en ajoutant le roux brun ramolli (par petites quantités) dans le fond brun bouillant.

Dans ce cas, la Mirepoix est revenue dans une sauteuse, puis dégraissée, et déglacée avec du vin blanc.

Pour une grande quantité de sauce espagnole, la durée de la cuisson doit être augmentée.



• Faire revenir la Mirepoix dans une sauteuse avec du beurre ; elle doit légèrement pincer.



• Ajouter le concentré de tomates et le faire revenir pour lui faire perdre son acidité.
• Refroidir le roux tomaté.



• Ajouter la farine et la laisser torréfier, de manière à obtenir un roux légèrement brun. (La torréfaction de la farine peut se faire au four ou sur la plaque en remuant à l'aide d'une spatule en exoglass).



• Verser progressivement le fond brun de veau bouillant en remuant bien avec un fouet jusqu'à la reprise de l'ébullition.

SUITE



- Ajouter les tomates concassées, l'ail et le bouquet garni.
- Cuire la sauce espagnole au four et à couvert, durant 1 h à 1 h 30, selon la quantité.
- Dépouiller fréquemment en cours de cuisson.



- Passer la sauce espagnole au chinois étamine.
- Vérifier l'assaisonnement et l'onctuosité.
- La tamponner et la filmer, puis la réserver au bain-marie à une température supérieure à + 63 °C, ou la refroidir rapidement et la réserver 24 h au maximum à + 3 °C.

LE FOND BRUN DE VEAU LIÉ



- Faire suer au beurre une fine Mirepoix (facultatif).
- Ajouter le fond brun de veau ; le porter à ébullition, puis le réduire en le dépouillant et en l'écumant fréquemment.



- Selon l'utilisation du fond brun de veau, diluer la fécule soit avec du vin blanc ou rouge, soit avec du Madère ou du Porto.



• Lorsque le fond a atteint le degré de concentration souhaité, verser progressivement la liaison en vannant (éviter de remuer avec un fouet).



• Contrôler l'à-point de la consistance à l'aide d'une cuiller à potage.
• Si nécessaire, rajouter un peu de liaison.
• L'épaississement maximum de la fécule n'est obtenu qu'après la reprise de l'ébullition.



• Passer le fond brun de veau lié au chinois étamine.



• Tamponner, filmer et réserver au bain-marie à une température supérieure à + 63 °C, ou refroidir rapidement en cellule, identifier et réserver 24 h au maximum à + 3 °C.

RÉALISER UN ROUX (BLANC, BLOND, BRUN)

Les roux sont des préparations culinaires de base, simples, composés en parties égales de beurre clarifié ou non (ou toute autre matière grasse), et de farine.

Les propriétés épaississantes des roux sont utilisées pour modifier la consistance (l'onctuosité) et la tenue des sauces et des potages (sauces Béchamel, tomate, crèmes et veloutés).

Les roux modifient également l'aspect, la couleur et la saveur des préparations auxquelles ils sont ajoutés.

(Voir également le cours sur les liaisons, chapitre des liants amylacées dans «Technologie culinaire» - Editions BPI).

DENRÉES pour 1 l de MOUILLEMENT	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- beurre (1) **ou toute autre matière grasse (selon la consistance souhaitée)**	**kg**	**0,040 à 0,070**		
- farine (2) **(selon la consistance souhaitée)**	**kg**	**0,040 à 0,070**		
Durée moyenne de cuisson pour ces quantités				
- roux blanc			**3 à 4 min**	
- roux blond			**4 à 6 min**	
- roux brun			**6 à 8 min**	

(1) et (2) La quantité de roux dépend de l'onctuosité recherchée.
Exemple :
- 0,040 kg de beurre et 0,040 kg de farine pour un potage.
- 0,070 kg de beurre et 0,070 kg de farine pour la sauce Béchamel.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer, contrôler les denrées.
- Tamiser la farine.
- Découper le beurre en parcelles.

2) Réaliser le roux

- Faire fondre le beurre en parcelles dans une grande sauteuse (la sauteuse doit être suffisamment grande pour contenir ensuite le liquide de mouillement : lait, fond, fumet...).
- Ajouter la farine dès que le beurre est fondu.
- Mélanger à l'aide d'une spatule en exoglass. Il faut obtenir un mélange lisse et homogène.

3) Cuire le roux

- Roux blanc

- Cuire le roux très doucement à feu réduit, sans arrêter de le mélanger à l'aide de la spatule en exoglass, jusqu'à ce qu'il blanchisse et devienne mousseux ; on dit alors qu'il «fleurit».
- Retirer immédiatement la sauteuse du feu, et refroidir rapidement le roux.

Si nécessaire, plonger le fond de la sauteuse dans une plaque ou une calotte contenant de l'eau froide.

- Roux blond

- Poursuivre doucement la cuisson du roux jusqu'à ce qu'il blondisse légèrement.
- Arrêter la cuisson comme précédemment.

- Roux brun

- Prolonger la cuisson du roux jusqu'à ce qu'il dextrinise (hydrolyse de l'amidon et caramélisation) légèrement.

Ne pas exagérer la coloration qui doit être brun clair. Au-delà peut apparaître un mauvais goût (goût de corne brûlée) et une âcreté.

- Arrêter rapidement la cuisson et refroidir le roux brun.



REMARQUE

La consistance du gel (épaississement) dépend principalement des conditions suivantes :

• De la quantité de roux ajoutée au liquide.

• De la température atteinte :

toutes les liaisons réalisées à base de roux doivent impérativement bouillir.

• De la nature (provenance) de l'amidon utilisé :

à concentration égale, les empois de maïs sont plus fermes que les empois de blé.

• Des conditions de cuisson :

un chauffage rapide donne un empois plus ferme (utiliser le roux froid et le liquide bouillant, la reprise de l'ébullition sera plus rapide et les risques de formation de grumeaux seront moindres),

une cuisson excessive entraîne le relâchement de la liaison (liquéfaction de la sauce ou du potage).

• De la présence d'acides :

les acides ont la particularité de liquéfier les empois d'amidon car ils favorisent l'hydrolyse de l'amidon (dextrinisa-

tion en composés qui épaississent moins). La liquéfaction est d'autant plus importante qu'elle est associée à une chaleur prolongée. Il faut donc ajouter les éléments acides en fin de cuisson (jus de citron, vin réduit, tomates, oseille, câpres, cornichons…).

- **De la concentration du liquide en substances dissoutes (sel, sucre) :**

l'épaississement est plus important dans une solution faiblement minéralisée. Le sucre par exemple rend le gel plus fluide.

- **Du degré de dextrinisation de l'amidon :**

à quantité égale, l'empois produit par de l'amidon dextrinisé est moins épais que l'empois réalisé à partir d'amidon cru. Dans le cas de l'utilisation de farine torréfiée ou de roux blond ou brun, il est nécessaire d'augmenter la quantité de farine ou de roux par rapport à la quantité de liquide.

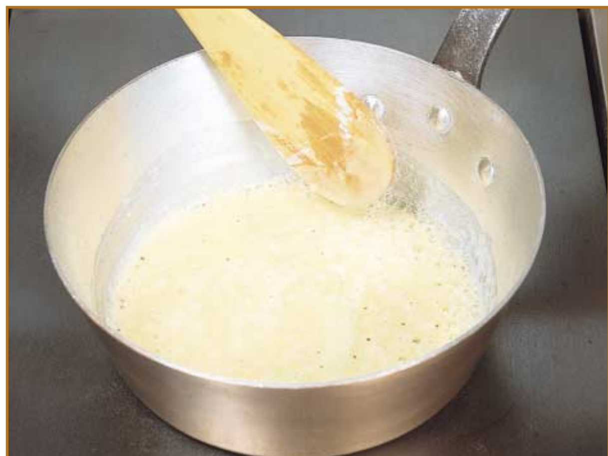
- ***Attention !***

la consistance des gels formés à partir d'amidons épaissit en refroidissant.



- Choisir une sauteuse suffisamment grande pour pouvoir contenir ensuite le liquide de mouillement.
- Faire fondre le beurre découpé en parcelles.
- Ajouter la farine tamisée et mélanger à l'aide d'une spatule en exoglass.

Roux blanc



- Cuire le roux très doucement à feu réduit sans arrêter de le mélanger à l'aide de la spatule en exoglass.
- Arrêter la cuisson lorsqu'il blanchit et devient mousseux.

Roux blond



- Poursuivre doucement la cuisson du roux blanc jusqu'à ce qu'il blondisse légèrement.
- Refroidir le roux rapidement.

Roux brun



- Prolonger légèrement la cuisson du roux blond jusqu'à ce qu'il acquiert une couleur un peu plus soutenue.
- Arrêter brusquement la cuisson du roux, puis le refroidir rapidement (il est possible d'arrêter la cuisson du roux en plongeant le fond de la sauteuse dans une plaque contenant de l'eau froide).

RÉALISER UN VELOUTÉ (DE VEAU, DE VOLAILLE, DE POISSON)

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 l de FOND ou de FUMET	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- fond blanc de veau	l	1		
ou				
- fond blanc de volaille	l	1		
ou				
- fumet de poisson	l	1		
Roux blanc (1)				
- beurre	kg	0,040 à 0,070		
- farine	kg	0,040 à 0,070		
Finition				
- beurre (pour tamponner)	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre blanc		PM		
ou				
- piment de Cayenne		PM		
Durée moyenne de réalisation et de cuisson pour 1 l de velouté			20 à 30 min (2)	

(1) La quantité de roux varie selon la consistance recherchée, elle est en moyenne de 0,100 kg par litre de fond ou de fumet.

(2) En grande quantité, le velouté doit réduire très lentement durant 45 minutes à 1 heure.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Réaliser le roux blanc (voir page 280)
- Le réaliser dans une sauteuse suffisamment grande pour pouvoir incorporer le fond ou le fumet facilement.
- Arrêter la cuisson lorsque le roux blanchit et devient mousseux.
- Le laisser refroidir.

3) Porter le fond blanc ou le fumet à ébullition

4) Confectionner le velouté
- Verser la moitié du fond blanc ou du fumet en une seule fois sur le roux froid.
- Mélanger hors du feu à l'aide d'un fouet à sauce.
- Verser progressivement le reste du fond ou du fumet, sans arrêter de remuer. La consistance doit être lisse, homogène et sans grumeaux.
- Assaisonner le velouté avec le sel fin, le poivre blanc du moulin ou le piment de Cayenne.
- Porter le velouté à ébullition, sans arrêter de remuer. Le laisser réduire très doucement, durant une quinzaine de minutes pour une très petite quantité.

  Réalisé en grande quantité, le velouté doit réduire lentement d'un tiers de son volume.

  Utiliser une spatule à réduction pour éviter qu'il n'attache au rondeau.

5) Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement du velouté

6) Le passer au chinois étamine dans un bain-marie à sauce ou dans un bahut (selon la quantité)

7) Si nécessaire, corner les bords et beurrer le velouté en surface

8) Réserver le velouté à couvert dans un bain-marie à une température supérieure à + 63 °C, ou le refroidir rapidement et réglementairement.

UTILISATIONS

Les veloutés sont des sauces ou des potages de base, additionnés de petites garnitures diverses, de réduction, d'herbes aromatiques, etc. Ils donnent naissance à un grand nombre de sauces et de potages dérivés : sauce suprême, ivoire, vin blanc, aurore, Bercy, chaud-froid…

Ils sont également utilisés pour apporter de l'onctuosité, de la tenue, de la stabilité ou de la cohésion aux sauces réalisées par réduction.

Exemples : un soupçon de velouté de poisson ajouté à la réduction de la sauce vin blanc apporte une meilleure tenue à la sauce, et une meilleure cohésion des divers éléments ajoutés lors de l'émulsion avec le beurre. Cette solution est tout particulièrement utilisée lors de banquets où les sauces émulsionnées doivent impérativement partir brûlantes.



- Confectionner le roux blanc : choisir une sauteuse suffisamment grande pour pouvoir incorporer plus facilement le fond ou le fumet.



- Cuire le roux blanc très doucement et le remuer avec une spatule en exoglass.
- Arrêter la cuisson lorsqu'il blanchit et devient mousseux.
- Refroidir le roux très rapidement.



- Verser la moitié du fond ou du fumet bouillant en une seule fois sur le roux froid.
- Mélanger hors du feu à l'aide d'un fouet à sauce.
- Verser progressivement le reste du fond ou du fumet, sans arrêter de remuer.
- Le mélange doit être lisse, homogène et sans grumeaux.



- Porter le velouté à ébullition sans arrêter de remuer.
- Assaisonner.
- Cuire le velouté (le laisser réduire) à très faible ébullition durant une quinzaine de minutes.
- Le remuer de temps à autre, à l'aide d'une spatule à réduction.

SUITE



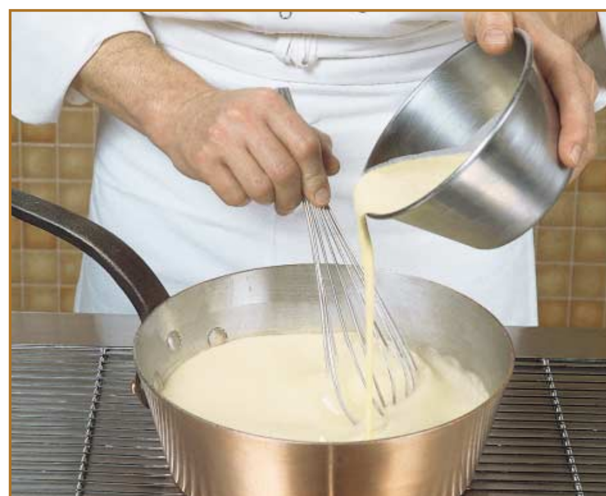
• Passer le velouté au chinois étamine, en foulant à l'aide d'un petit pochon à sauce.



• Si nécessaire, corner les bords.
• Tamponner la surface avec quelques petites parcelles de beurre.
• Réserver le velouté à couvert dans un bain-marie à un température supérieure à + 63 °C, ou le refroidir rapidement et réglementairement.

LIER UNE SAUCE OU UN VELOUTÉ AUX JAUNES D'ŒUFS ET À LA CRÈME

(Liaison à effectuer au dernier moment, juste avant l'envoi du plat)



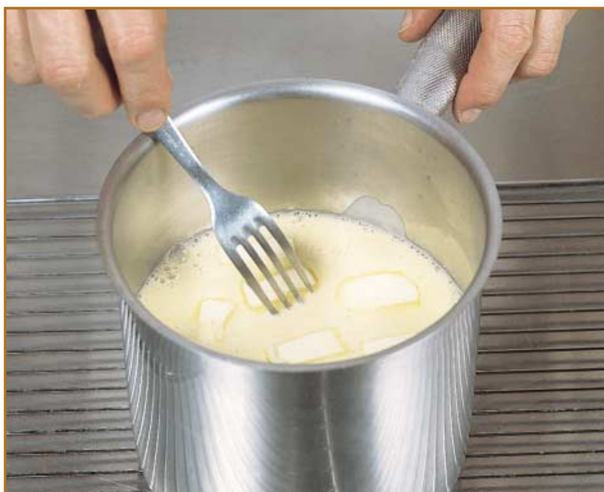
• Clarifier les œufs.
• Mélanger les jaunes et la crème dans une petite calotte à l'aide d'un fouet à sauce.
• Détendre la liaison avec une ou deux louches bouillantes de velouté ou de sauce, ce qui permet de la réchauffer progressivement.
• Verser petit à petit et hors du feu le mélange sur la sauce ou le velouté brûlant.



• Reporter le velouté ainsi lié à ébullition.
• Le laisser bouillir durant quelques secondes sans arrêter de remuer.



• Passer la sauce ou le velouté au chinois étamine, en foulant avec un petit pochon.



• Tamponner la sauce ou le velouté avec quelques petites parcelles de beurre.
• Réserver la sauce ou le velouté à couvert dans un bain-marie à une température supérieure à + 63 °C.



REMARQUE

- *La liaison «jaunes d'œufs-crème» doit être réalisée au dernier moment, dans le délai le plus rapproché du service. La richesse en protéines des sauces et des veloutés auxquels elle est ajoutée la rend très vulnérable sur le plan bactériologique.*
- *Il est possible d'ajouter quelques gouttes de jus de citron lors de la double liaison des veloutés.*

- *Les œufs, le sang, le corail, utilisés seuls comme agents de liaison, sans amidon, ne doivent pas bouillir car ils coagulent de 85 à 95 °C.*
- *En revanche, les doubles liaisons renfermant des jaunes d'œufs et un empois d'amidon peuvent et doivent bouillir durant quelques secondes.*
  L'empois d'amidon se forme avant la coagulation des jaunes d'œufs. L'amidon entoure les molécules de protéines qui ont alors plus de difficulté pour former le réseau de coagulation.
- *Toutefois, l'ébullition ne doit pas se prolonger au-delà d'une minute : elle est proportionnelle à la quantité d'amidon et de jaunes d'œufs utilisés.*



PRÉCAUTIONS

- *Les sauces et les veloutés liés aux jaunes d'œufs sont des préparations extrêmement fragiles.*
  La liaison doit être effectuée dans le délai le plus rapproché du service.
  Les reste (invendus) doivent être jetés après le service.

LA SAUCE BÉCHAMEL

BON D'ÉCONOMAT



DENRÉES pour 1 l de LAIT				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- lait	l	1		
Roux blanc (1) - beurre - farine	 kg kg	 0,050 à 0,070 0,050 à 0,070		
Finition - beurre (pour tamponner)	 kg	 0,020		
Assaisonnement - sel fin - piment de Cayenne - noix de muscade		 PM PM PM		
Durée moyenne de réalisation et de cuisson			12 à 15 min	

(1) La quantité de roux varie selon la consistance recherchée. Elle est en moyenne de 0,100 kg à 0,140 kg par litre de lait.

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Réaliser le roux blanc (voir page 280)

- Le réaliser dans une sauteuse suffisamment grande pour pouvoir incorporer le lait plus facilement.
- Arrêter la cuisson lorsque le roux blanchit et devient mousseux.
- Le laisser refroidir.

3) Porter le lait à ébullition

4) Confectionner la sauce Béchamel

- Verser la moitié du lait bouillant en une seule fois sur le roux froid.
- Mélanger hors du feu à l'aide d'un fouet à sauce.
- Verser progressivement le reste du lait bouillant sans arrêter de remuer. La consistance doit être lisse, homogène et sans grumeaux.
- Assaisonner avec le sel fin, le piment de Cayenne et quelques râpures de noix de muscade.
- Porter la sauce à ébullition et la laisser bouillir très lentement sans arrêter de remuer durant 5 à 6 minutes.

5) Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement de la sauce

6) Passer la sauce Béchamel au chinois étamine dans un bain-marie

- Fouler à l'aide d'un petit pochon.

7) Si nécessaire, corner les bords et beurrer la sauce en surface

- Tamponner la surface de la sauce avec quelques parcelles de beurre.

8) Réserver la sauce à couvert dans un bain-marie à une température supérieure à + 63 °C.



• Confectionner le roux blanc.
• Choisir une sauteuse suffisamment grande pour pouvoir incorporer le lait facilement.



• Cuire le roux très doucement et le remuer à l'aide d'une spatule en exoglass.
• Arrêter la cuisson dès qu'il blanchit et devient mousseux.
• Refroidir le roux rapidement.



• Verser la moitié du lait bouillant en une seule fois sur le roux froid.
• Mélanger hors du feu à l'aide d'un fouet à sauce.
• Verser progressivement le reste du lait, sans arrêter de remuer.
• Le mélange doit être lisse, homogène et sans grumeaux.



• Porter la sauce à ébullition sans arrêter de remuer.
• L'assaisonner (sel, piment de Cayenne, noix de muscade).
• La laisser cuire à faible ébullition sans cesser de remuer, durant 5 à 6 minutes.



• Passer la sauce Béchamel au chinois étamine en foulant avec un petit pochon à sauce.



• Si nécessaire, corner les bords.
• Tamponner la surface avec quelques petites particules de beurre pour éviter la formation d'une peau au contact de l'air.
• Réserver la sauce à couvert dans un bain-marie à une température supérieure à + 63 °C.

EXEMPLES DE SAUCES DÉRIVÉES

LA SAUCE MORNAY

DENRÉES pour 1 l de SAUCE BÉCHAMEL	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base sauce Béchamel	l	1		
Complément - œufs (jaunes) - gruyère	 pièce kg	 4 0,080		
Finition - beurre (pour tamponner)	 kg	 0,020		
Durée moyenne de réalisation et de cuisson			15 à 20 min	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Râper, puis hacher finement le gruyère, ou le passer au tamis ou au mixeur

3) Clarifier les œufs

4) Confectionner la sauce Béchamel

5) Ajouter les jaunes à la sauce Béchamel placée hors du feu
- Porter de nouveau à ébullition.

6) Passer la sauce au chinois étamine

7) Ajouter délicatement le gruyère haché sans fouetter
- Effectuer de préférence le mélange à l'aide d'une fourchette.

8) Tamponner la sauce
- La réserver à couvert au bain-marie.

REMARQUE
Ajouter le gruyère haché juste au moment de l'utilisation de la sauce.

LA SAUCE CRÈME

DENRÉES pour 1 l de SAUCE BÉCHAMEL	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base sauce Béchamel Roux blanc - beurre - farine Mouillement - lait - crème	 kg kg l l	 0,070 0,070 0,80 0,20		
Finition - crème - citron (jus) - beurre	 l kg	 0,20 PM 0,020		
Assaisonnement - sel fin - piment de Cayenne - noix de muscade		 PM PM PM		
Durée moyenne de réalisation et de cuisson			12 à 15 min	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Confectionner la sauce Béchamel
- Réaliser le roux blanc.
- Porter les 8 dl de lait et les 2 dl de crème à ébullition.
- Confectionner la sauce Béchamel avec le mélange de lait et de crème.
- Laisser réduire la sauce durant 6 à 8 minutes , sans arrêter de la remuer avec un fouet à sauce ou une spatule à réduction.

3) Ajouter 2 dl de crème complémentaire
- Reporter à ébullition et laisser cuire à nouveau durant quelques minutes.

4) Assaisonner
- Ajouter quelques gouttes de jus de citron et passer la sauce crème au chinois étamine.

5) Tamponner en surface.

LA SAUCE TOMATE

DENRÉES pour 1 l de SAUCE	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- beurre	kg	0,060		
- poitrine de porc demi-sel	kg	0,100		
- carottes	kg	0,100		
- oignons	kg	0,100		
- farine	kg	0,050		
- concentré de tomates	kg	0,200		
ou				
- concentré de tomates	kg	0,100		
et				
- tomates fraîches	kg	1,000		
- fond blanc de veau	l	1		
ou				
- eau	l	1		
- ail	kg	0,020		
- bouquet garni avec dominante en thym	pièce	1		
Finition				
- beurre (pour tamponner)	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- sucre semoule		PM		
Durée moyenne de préparation			20 à 25 min	
Durée moyenne de cuisson			1 h/1 h 30 min selon la quantité de sauce	

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Préparer la poitrine de porc

- Oter la couenne (et les cartilages s'il y a lieu).
- La détailler en petits lardons ou en petits dés et les faire blanchir durant 1 à 2 minutes (départ eau froide).

3) Préparer la garniture aromatique

- Eplucher et laver les carottes, les oignons, l'ail et le persil.
- Tailler les carottes et les oignons en petits dés de 5 mm de section (petite Mirepoix).
- Oter le germe et écraser les gousses d'ail.
- Confectionner le bouquet garni.
- Pour les tomates fraîches, laver, ôter le pédoncule et concasser les tomates.

4) Marquer la sauce tomate en cuisson

- Faire fondre le beurre découpé en parcelles dans une sauteuse de grandeur appropriée.
- Ajouter les lardons blanchis et les faire fondre tout doucement en évitant de faire colorer le beurre.
- Ajouter les carottes et les oignons taillés en Mirepoix. Les faire suer doucement sans coloration.

SUITE

- Singer (ajouter la farine). Remuer le roux avec une spatule en exoglass. Le cuire doucement jusqu'à obtention d'une très légère coloration.
- Ajouter le concentré de tomates. Bien le mélanger au roux et le laisser cuire durant quelques minutes en remuant doucement avec la spatule (ou le cuire au four).
- Laisser refroidir le «roux tomaté».
- Mouiller avec le fond blanc ou l'eau bouillante. Verser la moitié de l'eau ou du fond bouillant en une seule fois sur le roux refroidi.
- Mélanger hors du feu à l'aide d'un petit fouet à sauce.
- Verser progressivement le reste du liquide sans arrêter de remuer.
- Porter la sauce tomate à ébullition sans arrêter de remuer avec le fouet.
- Ajouter les tomates fraîches (s'il y a lieu), l'ail écrasé, le bouquet garni, le sel, le poivre et une pincée de sucre pour limiter les risques d'acidité.
- Essuyer les bords intérieurs de la sauteuse avec du papier absorbant.
- Couvrir la sauteuse et cuire la sauce tomate à très faible ébullition sur la plaque du fourneau ou à four doux (160 °C), durant 1 heure à 1 heure 30 minutes environ, selon la quantité de sauce.

5) Passer la sauce tomate au chinois étamine

- Retirer le bouquet garni.
- Fouler sans excès car la garniture aromatique peut passer à travers le chinois.

6) Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement de la sauce

7) Tamponner la sauce tomate (beurrer en surface)

- La réserver à couvert au bain-marie à une température supérieure à + 63 °C ou la refroidir rapidement et réglementairement.



REMARQUE

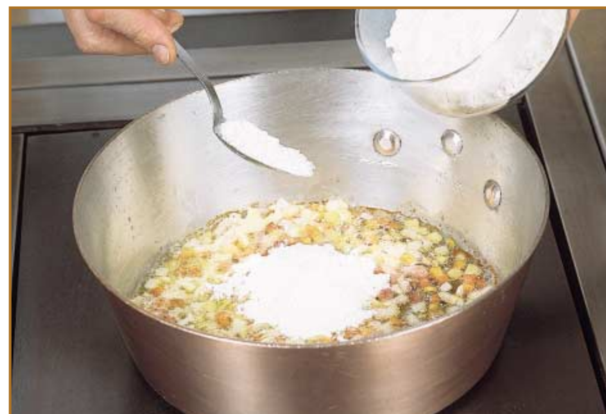
- *En très petite quantité, la sauce tomate ne nécessite pas une durée de cuisson aussi longue.*
- *Durant la cuisson au four, surveiller régulièrement l'évaporation du liquide. Si nécessaire, le compléter avec un peu de fond blanc ou de l'eau bouillante.*
- *Remuer délicatement la sauce tomate sans salir les bords intérieurs de la sauteuse, soit avec une spatule en exoglass, soit avec une spatule à réduction. D'éventuelles projections contre les parois de la sauteuse peuvent brûler et donner un mauvais goût à la sauce.*
- *Certains professionnels mixent la sauce tomate avec sa garniture avant de la passer au chinois. Dans ce cas, diminuer la quantité de garniture aromatique et de farine. La sauce tomate ainsi réalisée doit être utilisée immédiatement car la «purée» de carottes et d'oignons la rend facilement fermentescible.*
- *Selon l'utilisation de la sauce tomate, il est possible d'ajouter à la garniture aromatique du céleri en branches, des poivrons, du fenouil ou du basilic.*

UTILISATIONS

La sauce tomate peut être utilisée pour accompagner les pâtes (spaghetti, ravioli,...) les gnocchi, les haricots secs, les lentilles, les légumes à la grecque, les beignets et les fritots «Orly» ou pour «tomater» d'autres sauces (portugaise, provençale,...).



- Faire suer la Mirepoix sans coloration (poitrine de porc découpée en petits lardons et blanchis, carottes et oignons taillés en petits dés de 5 mm de section).



- Ajouter la farine (singer), et mélanger à l'aide d'une spatule en exoglass de façon à réaliser un roux.
- Cuire le roux jusqu'à obtenir une légère coloration (blonde).



- Ajouter le concentré de tomates et cuire le «roux tomaté» durant quelques minutes sur la plaque du fourneau ou au four.
- Le laisser refroidir.



- Mouiller le «roux tomaté» avec le fond blanc bouillant ou simplement de l'eau.
- Ajouter la moitié du liquide bouillant en une seule fois sur le roux froid. Remuer avec un fouet à sauce.
- Verser progressivement le reste sans arrêter de remuer.
- Le mélange doit être lisse, homogène, et sans grumeaux.



- Ajouter les tomates fraîches (s'il y a lieu) et le reste de la garniture aromatique (ail, bouquet garni).
- Assaisonner (sel, poivre du moulin et une pincée de sucre).



- Porter la sauce tomate à ébullition sans arrêter de remuer.
- Essuyer les bords intérieurs de la sauteuse avec du papier absorbant.
- Couvrir et cuire la sauce tomate au four doux (160 °C) durant 1 heure à 1 heure 30 minutes.
- Remuer de temps en temps la sauce tomate durant la cuisson avec une spatule en exoglass ou une spatule à réduction.



- Passer la sauce tomate au chinois étamine.
- Eviter de fouler trop fortement car la garniture aromatique peut passer à travers le chinois.



- Beurrer la sauce en surface (tamponner) pour éviter la formation d'une peau au contact de l'air.
- Réserver la sauce à couvert au bain-marie à une température supérieure à + 63 °C, sinon la refroidir rapidement.

LA SAUCE AMÉRICAINE

DENRÉES pour 1 l de SAUCE	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- étrilles	kg	1,000		
ou				
- autres crustacés	kg	1,000		
ou éventuellement				
- carapaces de crustacés	kg	1,000		
- arêtes de poisson (facultatif)	kg	0,500		
- huile	l	0,500		
- beurre	kg	0,020		
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,100		
- oignons	kg	0,100		
- échalotes	kg	0,040		
- tomates	kg	0,400		
- concentré de tomates	kg	0,04		
- ail	kg	0,020		
- bouquet garni	pièce	1		
- cerfeuil	botte	PM		
- estragon	botte	PM		
- Cognac	l	0,05		
- vin blanc	l	0,20		
Mouillement				
- fumet de poisson	l	1,5		
Liaison : beurre manié				
- beurre	kg	0,050		
- farine	kg	0,050		
Finition				
- estragon	botte	1/4		
- cerfeuil	botte	1/4		
- beurre	kg	0,050		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
Durée moyenne de préparation			40 à 45 min	
Durée moyenne de cuisson			25 à 30 min	

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Laver, brosser les étrilles ou les autres crustacés

- Ils doivent être impérativement vivants.
- Les égoutter soigneusement.

3) Eplucher et laver soigneusement tous les légumes

4) Préparer la garniture aromatique

- Tailler les carottes et les oignons en fine Mirepoix.
- Ciseler les échalotes.
- Oter le pédoncule et concasser les tomates.
- Oter le germe et écraser les gousses d'ail.
- Confectionner le bouquet garni.

5) Marquer la sauce tomate en cuisson

- Chauffer fortement une grande sauteuse ou un rondeau plat avec l'huile et le beurre.

- Saisir les étrilles ou les autres crustacés. Les faire sauter vivement jusqu'à ce qu'ils prennent une couleur rouge vif.
- Dégraisser le récipient.
- Ajouter les carottes, les oignons et les échalotes ciselées.
- Laisser suer la garniture aromatique sans coloration durant quelques minutes (elle peut être suée à l'avance dans un autre récipient).
- Flamber avec le Cognac.
- Ajouter le vin blanc et le faire réduire de deux tiers.
- Mouiller avec le fumet de poisson, ou ajouter des arêtes dégorgées et concassées et de l'eau froide.
- Ajouter les tomates concassées, le concentré, l'ail écrasé, le bouquet garni, un peu de cerfeuil et d'estragon.
- Assaisonner avec le sel et une pointe de piment de Cayenne.
- Porter le fond de sauce américaine à ébullition et le laisser cuire lentement à découvert, durant une quinzaine de minutes.
- Ecumer si nécessaire.

6) Egoutter les carapaces des crustacés

- Les broyer à l'aide d'un pilon.
- Les remettre en cuisson durant une quinzaine de minutes supplémentaires.

7) Passer le fond de sauce américaine au chinois ordinaire en foulant fortement

8) Confectionner le beurre manié

- Dans une petite calotte, mélanger le beurre en pommade et la farine.

9) Lier la sauce américaine

- Verser le fond de sauce américaine dans une sauteuse de grandeur appropriée.
- Le porter à ébullition et le faire réduire si nécessaire afin de le corser légèrement.
- Ajouter progressivement le beurre manié par petites parcelles, en remuant la sauce avec un fouet.
- Contrôler l'à-point de la consistance de la sauce et, si nécessaire, rajouter du beurre manié.
- Laisser réduire la sauce américaine très doucement durant quelques minutes.
- Eviter qu'elle «n'attache» au fond de la sauteuse en remuant de temps à autre avec un petit fouet ou une spatule à réduction.

10) Passer la sauce américaine au chinois étamine

- Vérifier l'assaisonnement. Si nécessaire, rajouter une pointe de piment de Cayenne et un peu de Cognac.
- Ajouter le reste du cerfeuil et de l'estragon fraîchement haché.

11) Monter légèrement la sauce américaine au beurre et la tamponner en surface

- La réserver à couvert au bain-marie à une température supérieure à + 63 °C, ou la refroidir rapidement.



REMARQUE

Certains professionnels corsent et colorent leur sauce américaine avec un peu de glace de viande.

Lorsque la sauce américaine est utilisée pour accompagner des poissons pochés au court-mouillement, elle est parfois détendue et adoucie avec de la sauce vin blanc ou de la crème.



- Faire revenir les étrilles très vivement, jusqu'à ce qu'elles deviennent rouge vif.



- Dégraisser, puis ajouter la garniture aromatique (carottes et oignons taillés en fine Mirepoix, échalotes ciselées).
- Faire suer la garniture aromatique durant quelques minutes.

SUITE



- Flamber avec le Cognac.
- Ajouter le vin blanc et le faire réduire de deux tiers.



- Mouiller à hauteur des carapaces avec du fumet de poisson, ou ajouter des arêtes de poisson dégorgées et concassées et de l'eau (le fumet se réalisera simultanément à la cuisson de la sauce).



- Ajouter le reste de la garniture aromatique (tomates concassées, concentré, ail écrasé, bouquet garni, cerfeuil et estragon).
- Assaisonner.
- Porter le fond de sauce américaine à ébullition et le laisser cuire lentement à découvert durant une quinzaine de minutes.
- Ecumer si nécessaire.



- Egoutter les étrilles ou les carapaces, les broyer à l'aide d'un pilon.
- Les remettre en cuisson durant une quinzaine de minutes.

REMARQUE

Les carapaces peuvent aussi être broyées aussitôt après le flambage.



• Passer le fond de sauce américaine au chinois ordinaire, en foulant fortement.



• Laisser réduire la sauce américaine jusqu'à la consistance souhaitée.
• Vérifier l'assaisonnement (sel fin, piment de Cayenne, Cognac).
• Passer la sauce américaine au chinois étamine.



• Verser le fond de sauce américaine dans une sauteuse de grandeur appropriée et le porter à ébullition.
• Faire réduire si nécessaire. Ecumer fréquemment.
• Lier la sauce américaine avec du beurre manié (elle peut être également liée à l'aide de roux blond, ou liée simplement par réduction).



• Monter légèrement la sauce au beurre.
• Ajouter, juste avant l'utilisation, un peu de cerfeuil et d'estragon fraîchement haché.
• Beurrer la sauce en surface et la réserver à couvert au bain-marie à une température supérieure à + 63 °C, ou la refroidir rapidement et réglementairement.

LA SAUCE NANTUA

DENRÉES pour 1 l de SAUCE	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- écrevisses	**kg**	**1,000**		
- beurre	**kg**	**0,050**		
Garniture aromatique				
- carottes	**kg**	**0,100**		
- oignons	**kg**	**0,100**		
- échalotes	**kg**	**0,040**		
- tomates	**kg**	**0,400**		
- concentré de tomates	**kg**	**0,040**		
- bouquet garni	**pièce**	**1**		
- Cognac	**l**	**0,05**		
- vin blanc	**l**	**0,20**		
Mouillement				
- fumet de poisson	**l**	**0,80**		
Liaison				
- velouté de poisson	**l**	**0,50**		
ou				
- sauce crème éventuellement	**l**	**0,50**		
Finition				
- crème	**l**	**0,20**		
- beurre	**kg**	**0,050**		
Assaisonnement				
- sel fin		**PM**		
- piment de Cayenne		**PM**		
Durée moyenne de préparation			**40 à 45 min**	
Durée moyenne de cuisson			**20 à 25 min**	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer, contrôler les denrées.

2) Laver, brosser et châtrer les écrevisses (voir page 179)

- Les égoutter soigneusement.

3) Eplucher, laver et tailler les légumes de la garniture aromatique (voir sauce américaine)

4) Marquer la sauce Nantua en cuisson

- Dans une sauteuse ou un rondeau, faire revenir vivement les écrevisses au beurre clarifié.
- Elles doivent devenir rouge vif.
- Ajouter la garniture aromatique et la laisser suer durant quelques minutes.
- Flamber avec le Cognac.
- Déglacer avec le vin blanc, et le faire réduire de deux tiers.
- Mouiller avec le fumet de poisson.
- Ajouter les tomates concassées, le concentré et le bouquet garni.
- Assaisonner et porter à ébullition.
- Ecumer et laisser cuire le fond de sauce Nantua durant quelques minutes (selon la grosseur des écrevisses).

5) Egoutter les écrevisses et les décortiquer

- Réserver les queues décortiquées pour une autre utilisation.

6) Broyer les carapaces à l'aide d'un pilon et les remettre en cuisson

7) Laisser réduire doucement le fond de sauce Nantua durant une quinzaine de minutes

8) Passer le fond de sauce au chinois ordinaire, en foulant fortement

9) Lier la sauce Nantua

- Remettre le fond de sauce Nantua dans une sauteuse, le réduire si nécessaire.
- Ajouter le velouté et laisser réduire.
- Crémer, le réduire à nouveau.

10) Monter la sauce au beurre ou au beurre d'écrevisses

11) Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement

12) Passer la sauce au chinois étamine

- La tamponner en surface, et la réserver à couvert dans un bain-marie à une température supérieure à + 63°C, ou la refroidir rapidement.

REMARQUE

Lorsque la sauce Nantua est destinée à accompagner des filets de poissons ou des poissons pochés au court-mouillement, il est fréquent de lier le fond de sauce Nantua, après réduction, avec la sauce vin blanc réalisée avec la cuisson du poisson.

LES SAUCES ÉMULSIONNÉES

Voir l'ouvrage «Technologie culinaire» - Editions BPI.

On distingue différentes sauces émulsionnées :

LES SAUCES ÉMULSIONNÉES INSTABLES FROIDES

- **sauce vinaigrette et ses dérivés**
- **coulis de tomates...**

LES SAUCES ÉMULSIONNÉES STABLES FROIDES

- **sauce mayonnaise et ses dérivés...**

LES SAUCES ÉMULSIONNÉES INSTABLES CHAUDES

- **beurre fondu**
- **beurre blanc ou beurre nantais, et leurs dérivés...**

LES SAUCES ÉMULSIONNÉES SEMI-COAGULÉES CHAUDES

- **sauce hollandaise**
- **sauce béarnaise, et leurs dérivés...**

RAPPEL SUR LES ÉMULSIONS

Une émulsion est le mélange homogène et stable de deux phases non miscibles (qui ne se mélangent normalement pas entre elles) : phase «eau» et phase «graisse».

Lorsque le mélange des deux phases est réalisé simplement par battage mécanique suffisamment énergique, l'émulsion semble se réaliser momentanément, puis elle se sépare au bout d'un certain temps.

Pour stabiliser l'émulsion, il faut ajouter un «émulsionnant» qui crée un lien entre les deux phases, pour qu'elles ne puissent plus se repousser.

Dans la réalisation des sauces émulsionnées stables chaudes ou froides, ce sont les lécithines (graisses phosphorées contenues dans les jaunes d'œufs) qui stabilisent le mélange de la phase «eau» et de la phase «graisse».

Lorsque les sauces émulsionnées «tournent», se dissolvent, dans la plupart des cas il s'agit d'une insuffisance de la phase aqueuse (eau). Bien souvent, les sauces émulsionnées tournées se «remontent» avec un peu d'eau.

SUITE

LA SAUCE VINAIGRETTE

BON D'ÉCONOMAT



Sauce émulsionnée instable, froide ou parfois tiède, réalisée au garde-manger.

DENRÉES pour 1 l de d'HUILE				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- huile - vinaigre	l l	1 0,30		
- moutarde (facultatif)	kg	0,040		
Assaisonnement - sel fin - poivre du moulin		 PM PM		
Durée moyenne de réalisation			5 min	



REMARQUE

La saveur de la sauce vinaigrette peut être modifiée en changeant l'un des éléments acides ou l'un des éléments gras. Exemples :

- *ingrédients acides : vinaigres de vin, d'alcool, de cidre, de fruits, de Xerès ; vinaigres parfumés à l'ail, à l'échalote, à l'estragon... ; vin blanc, jus de citron...*
- *ingrédients gras : huiles d'assaisonnement (olives, noix, noisettes...), crème, fromages plus ou moins gras, yaourts, graisse de fonte de lardons fumés, etc.*

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Mesurer et contrôler les denrées.

2) Confectionner la sauce vinaigrette

- Mettre la moutarde dans une calotte à fond étroit (la moutarde est facultative).
- Ajouter le sel et le poivre du moulin.
- Verser le vinaigre et mélanger à l'aide d'un petit fouet (bien dissoudre le sel).
- Ajouter progressivement l'huile et bien l'émulsionner.
- Vérifier l'assaisonnement.

UTILISATIONS

La sauce vinaigrette est principalement utilisée pour l'assaisonnement des salades simples, des salades composées et des abats (tête, pieds et fraise de veau, hure de porc, joue et palais de bœuf, par exemple).

Elle est souvent additionnée d'ingrédients très variés : fines herbes, moutardes, fromages (roquefort, fourme d'Ambert, gruyère), noix, noisettes, cornichons, câpres, oignons, œufs durs hachés, jus de truffes, etc.

Elle peut être servie tiède pour l'assaisonnement des salades composées à base de viande (par déglaçage) ou pour accompagner les préparations à base d'abats blancs pochés.

LE COULIS DE TOMATES

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 kg de TOMATES	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- tomates bien mûres	**kg**	**1,000**		
- concentré de tomates	**kg**	**0,050**		
- tomato ketchup	**l**	**0,20**		
- vinaigre de vin	**l**	**0,05**		
- huile d'olive	**l**	**0,20**		
Finition (facultatif)				
- basilic	**botte**	**1/2**		
ou				
- cerfeuil	**botte**	**1/2**		
ou				
- estragon	**botte**	**1**		
ou				
- ciboulette	**botte**	**1**		
Assaisonnement				
- sel fin		**PM**		
- poivre du moulin		**PM**		
Durée moyenne de préparation			**15 à 20 min**	

REMARQUE

Certains Grands Chefs n'utilisent plus que de la tomate crue (sans concentré de tomates et sans ketchup) mais cela nécessite des tomates d'excellente qualité, disponibles seulement durant le plein été.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Laver, monder les tomates sans les épépiner

3) Réaliser le coulis de tomates
- Dans la cuve du mixeur, ajouter les tomates, le concentré, le tomato ketchup, le sel et le poivre.
- Mixer d'abord lentement, puis accélérer progressivement.
- Ajouter le vinaigre de vin.
- Monter le coulis avec l'huile d'olive.

4) Vérifier l'assaisonnement, la couleur et l'onctuosité

5) Passer le coulis au chinois étamine
- Le réserver en enceinte réfrigérée.
  Attention ! Le coulis de tomates réalisé à partir de tomates crues ne se conserve pas, il doit être utilisé pendant la durée du service.

6) Au moment de l'utilisation, ajouter les herbes fraîchement hachées ou ciselées.



PRÉCAUTIONS

Pour plus de sécurité bactériologique, et pour assurer au coulis une meilleure conservation, il est possible de le réaliser sur une fondue de tomates.

UTILISATIONS

Le coulis de tomates est principalement utilisé comme sauce pour accompagner les terrines de poissons, de légumes, les salades composées à base de poissons ou de crustacés, les mousses ou les bavarois de légumes.

LA SAUCE MAYONNAISE

BON D'ÉCONOMAT



Sauce émulsionnée froide réalisée au garde-manger. Elle doit être réalisée juste avant le service et en quantité nécessaire au service uniquement.

DENRÉES pour 1 l d'HUILE	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- huile pour assaisonnement	**l**	**1**		
- œufs (jaunes) (1)	**pièce**	**6**		
- moutarde	**kg**	**0,050**		
- vinaigre d'alcool coloré	**l**	**PM**		
Assaisonnement				
- sel fin		**PM**		
- poivre blanc du moulin		**PM**		
ou				
- piment de Cayenne		**PM**		
Durée moyenne de réalisation			**10 à 15 min**	

(1) La quantité de jaunes d'œufs représente une moyenne courante. Elle peut varier de 5 à 8.

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Mesurer et contrôler les denrées.

Elles doivent être utilisées à la température ambiante de la cuisine.

2) Confectionner la sauce mayonnaise

- Clarifier les œufs (réserver les blancs pour une autre utilisation).
- Mettre les jaunes dans une petite calotte à fond étroit de façon à ce que chaque coup de fouet ait un maximum d'efficacité.
- Ajouter la moutarde, le sel, le poivre blanc du moulin ou le piment de Cayenne et un peu de vinaigre pour favoriser l'émulsion (phase eau).
- Incorporer progressivement l'huile, en tournant énergiquement la sauce à l'aide d'un petit fouet très souple. Verser l'huile doucement et par petite quantité au début ; puis, verser l'huile plus rapidement au fur et à mesure que la quantité de sauce mayonnaise augmente.
- Ajouter le reste du vinaigre pendant et après la réalisation de la sauce.
- Bien la serrer en la fouettant tout en tournant très énergiquement.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Corner les bords de la calotte, la couvrir d'un film en plastique alimentaire et la réserver.

UTILISATIONS

La sauce mayonnaise est principalement utilisée pour accompagner les préparations froides à base de viandes, de poissons, de crustacés, d'œufs et de légumes, pour assaisonner les salades composées ou pour servir de base à la réalisation de nombreuses sauces dérivées.



PRÉCAUTIONS

- *Ne jamais «remonter» la mayonnaise du jour sur celle de la veille.*
- *Toujours bien corner les bords du récipient.*
- *Eviter le contact de la sauce avec du matériel argenté (risque d'oxydation).*
- *N'ajouter les ingrédients complémentaires qu'au moment de l'envoi (risque de fermentation).*



REMARQUE

La sauce mayonnaise réalisée avec de l'huile de tournesol peut être entreposée en enceinte réfrigérée. L'huile de tournesol «fige» (se solidifie) aux alentours de 0 à + 2 °C.

- *Utiliser un récipient dont le fond a une surface de base réduite pour que chaque coup de fouet ait un maximum d'efficacité.*
- *Un battage prolongé permet d'obtenir une mayonnaise plus ferme.*
- *Ajouter toujours le sel au départ afin qu'il puisse se dissoudre sans laisser de traces blanches. Le sel fin ajouté lors de la vérification de l'assaisonnement laisse apparaître des petits points blancs dans la sauce mayonnaise ; pour éviter cela, ajouter le sel dissous dans un peu de vinaigre (réservé à cet usage) et bien serrer la mayonnaise pour lui redonner sa consistance initiale.*
- *Ajouter l'huile doucement au début, puis d'autant plus rapidement que la quantité de mayonnaise croît.*
- *N'utiliser que des ingrédients de même température, «chambrés» (jamais d'huile figée).*

PRINCIPALES CAUSES D'ÉCHEC ET SOLUTIONS DE RATTRAPAGE DE LA SAUCE MAYONNAISE

CAUSES DE L'ÉCHEC	SOLUTIONS DE RATTRAPAGE
• *Addition trop importante d'huile au départ*	• *Remonter la mayonnaise tournée avec un peu d'eau*
• *Surface de base du récipient trop importante*	• *Recommencer la sauce dans un récipient de grandeur appropriée avec un peu d'eau* *Dans ces deux cas, lorsque l'assaisonnement de la sauce le permet, il est possible de la remonter avec un peu de vinaigre ou de moutarde*
• *Ingrédients trop froids (œufs ou huile sortant de la chambre froide)*	• *Avec quelques gouttes d'eau tiède*
• *Quantité insuffisante de jaunes d'œufs par rapport à la quantité d'huile*	• *En incorporant petit à petit la sauce tournée à la quantité d'œufs manquante*

SUITE



• Dans une calotte à fond étroit, réunir les jaunes d'œufs tempérés, la moutarde, le sel, le poivre blanc ou le piment de Cayenne et le vinaigre.



• Incorporer progressivement l'huile tempérée en tournant énergiquement la sauce à l'aide d'un fouet très souple.
• Bien la serrer en fin de montage.
• Vérifier l'assaisonnement



• Corner soigneusement les bords de la calotte.



• Recouvrir la sauce mayonnaise d'un film en plastique alimentaire.
• La réserver en enceinte réfrigérée si elle a été réalisée à partir d'huile de tournesol.

EXEMPLES DE SAUCES DÉRIVÉES

Sauce de base	Garniture	Sauces dérivées	Utilisations
SAUCE MAYONNAISE	Fondue de tomate pressée et hachée, brunoise de poivrons rouges	sauce andalouse	- terrines de poissons - poissons froids ou grillés - brochettes de crustacés, etc.
	Tomato ketchup, Cognac, sauce anglaise, tabasco ou piment de Cayenne	sauce cocktail	- cocktails de crustacés (crevettes, crabe, homard) - salades composées à base d'avocat et de crustacés
	Echalotes ciselées réduites au vin blanc, ciboulette finement ciselée, piment de Cayenne, glace de viande	sauce mousquetaire	- fritots d'abats blancs - salades composées à base de viande ou de poisson, servies tièdes
	Câpres, cornichons, oignons (facultatif), persil, cerfeuil, et estragon hachés	sauce tartare	- poissons ou croquettes de poissons frits - fritots - salades composées etc.
	Extrait de chlorophylle obtenu en chauffant doucement à environ 70 °C le jus de cerfeuil, persil, cresson, épinards, estragon hachés et fortement pressés, fines herbes finement ciselées	sauce verte	- poissons pochés froids - œufs durs - terrines de poissons - décors
	Pomme de terre cuite en robe des champs, épluchée pilée dans un mortier avec ail, jaune d'œuf, jus de citron et huile d'olive	sauce aïoli	- soupes de poissons (bouillabaisses, cotriades)
	Gelée blanche ajoutée lorsqu'elle commence à «figer»	sauce mayonnaise collée	- chauds-froids
	Jus de citron à la place du vinaigre, crème fouettée très ferme ajoutée juste avant l'utilisation	sauce Chantilly	- asperges tièdes - brocolis tièdes - crambes maritimes - fonds d'artichauts
	Mayonnaise montée aux jaunes d'œufs fraîchement cuits, moutarde, vinaigre, cornichons et câpres hachés, persil, cerfeuil, estragon hachés et julienne courte de blancs d'œufs	sauce gribiche	- tête, pieds, fraise de veau

LE BEURRE FONDU

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 kg de de BEURRE (1)				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base **- beurre d'excellente qualité (A.O.C.)**	**kg**	**1,000**		
Réduction **- eau** **- jus de citron**	**l** **l**	**0,10** **0,10**		
Assaisonnement **- sel fin** **- piment de Cayenne**		**PM** **PM**		
Durée moyenne de réalisation			**8 à 10 min**	

(1) Ces proportions permettent d'accompagner environ 32 à 40 portions.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Réaliser la réduction

- Réunir l'eau et le jus de citron dans une petite sauteuse, puis les porter à ébullition.
- Arrêter la réduction dès qu'il n'en reste plus qu'environ 5 cl.

3) Emulsionner le beurre fondu

Première méthode :

- Réduire le feu ou placer la sauteuse sur le côté de la plaque du fourneau.
- Incorporer progressivement le beurre ramolli découpé en petites parcelles, tout en fouettant énergiquement.

Deuxième méthode :

- Placer la sauteuse sur un feu vif.
- Ajouter le beurre découpé en parcelles et raffermi en enceinte réfrigérée : procéder en une seule fois.
- Donner un petit mouvement de rotation à la sauteuse pour faciliter l'émulsion (il est possible de la favoriser en donnant quelques coups de fouet).

4) Assaisonner le beurre fondu

- Rectifier éventuellement l'acidité (selon l'utilisation).

5) Débarrasser le beurre fondu dans un bain-marie

- Le réserver à couvert dans un endroit tiède (45 °C à 50 °C maximum).
  Attention ! Ne pas placer le beurre fondu au bain-marie.



RECOMMANDATIONS

• La finesse du beurre fondu dépend uniquement de la qualité du beurre : choisir de préférence un beurre d'appellation d'origine contrôlée.

• Utiliser une sauteuse parfaitement étamée et de grandeur juste appropriée à la quantité de sauce à réaliser. Dans une sauteuse trop grande, le beurre fond trop rapidement, le fouet ne peut pas être efficace, et l'émulsion est souvent difficile.

• Préparer de préférence le beurre fondu «à la commande» et non à l'avance.



• Réunir l'eau et le jus de citron dans une sauteuse de grandeur appropriée, puis porter à ébullition.
• En réduire les trois quarts.



Emulsionner le beurre fondu :
• Réduire le feu ou placer la sauteuse sur le côté de la plaque du fourneau.
• Incorporer progressivement le beurre ramolli découpé en parcelles, tout en fouettant énergiquement. Le beurre doit devenir onctueux.



• Assaisonner le beurre fondu. Si nécessaire, en rectifier l'acidité et le débarrasser dans un bain-marie.
• Le réserver dans un endroit tiède, de 45 °C à 50 °C maximum (ne pas le placer au bain-marie).

LE BEURRE BLANC

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 kg de de BEURRE (1)	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- beurre d'excellente qualité (A.O.C.)	**kg**	**1,000**		
Réduction				
- échalotes grises de Jersey	**kg**	**0,150 à 0,200**		
- vin blanc sec	**l**	**0,20**		
- vinaigre de vin blanc	**l**	**0,10**		
- crème (facultatif) selon l'utilisation	**l**	**0,10 à 0,20**		
Assaisonnement				
- sel fin		**PM**		
- piment de Cayenne		**PM**		
Durée moyenne de réalisation			**12 à 15 min**	

(1) Ces proportions permettent d'accompagner environ 32 à 40 portions.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Eplucher, laver et ciseler finement les échalotes

3) Réaliser la réduction
- Réunir les échalotes ciselées, le vinaigre de vin blanc et le vin blanc dans une sauteuse de grandeur appropriée. Ajouter la crème s'il y a lieu.
- Porter à ébullition, puis réduire **très** lentement.
- Dès qu'il n'en reste plus qu'environ 5 cl, arrêter la réduction.

4) Emulsionner le beurre fondu

Première méthode :
- Réduire le feu ou placer la sauteuse sur le côté de la plaque du fourneau.
- Incorporer progressivement le beurre ramolli et découpé en petites parcelles, tout en fouettant énergiquement.

Deuxième méthode :
- Placer la sauteuse sur un feu vif.
- Ajouter le beurre découpé en parcelles et raffermir en enceinte réfrigérée : procéder en une seule fois.
- Donner un petit mouvement de rotation à la sauteuse pour faciliter l'émulsion (il est possible de la favoriser en donnant quelques coups de fouet).

5) Assaisonner le beurre blanc

6) Passer le beurre blanc au chinois étamine
- Il est possible de ne pas passer le beurre blanc au chinois : dans ce cas, les échalotes doivent être parfaitement ciselées.
- Il est actuellement fréquent de mixer le beurre blanc à l'aide d'un mixeur plongeant. Cette technique rend le beurre plus mousseux, mais il devient alors nécessaire de diminuer de moitié la quantité d'échalotes.

7) Débarrasser le beurre blanc dans un bain-marie
- Le réserver à couvert dans un endroit tiède, de 45 °C à 50 °C maximum (ne pas le placer au bain-marie).

REMARQUE :

- *La finesse des beurres émulsionnés dépend pour une large part de la qualité des produits utilisés.*
- *Le beurre blanc ne comporte pas de crème, toutefois l'apport de crème facilite l'émulsion et donne à la sauce plus d'onctuosité. La crème doit être impérativement portée à ébullition, soit réduite à part, soit incorporée dans la réduction.*
- *Les échalotes peuvent être suées au beurre avant la réduction. Dans ce cas, elles confèrent au beurre blanc plus de saveur.*
- *Le beurre blanc est une des sauces de base couramment utilisée pour accompagner les poissons. Il peut par ailleurs être modifié par l'apport d'herbes fraîchement hachées (ciboulette, cerfeuil, aneth...), de purées de légumes (poivrons, tomates, fenouils, brocolis...), d'épices (curry, safran, paprika, badiane). En outre, la réduction peut comporter d'autres éléments tels que du fumet de poisson réduit (glace de poisson), du Noilly, du jus de truffe...*



RECOMMANDATIONS

Les recommandations citées dans le paragraphe du «beurre fondu» s'appliquent également au beurre blanc.



- Réunir dans une sauteuse de grandeur appropriée les échalotes ciselées, le vin blanc et le vinaigre de vin blanc.



- Il est possible d'ajouter un peu de crème.
- Réduire des trois quarts très lentement, pour que l'aromatisation de la réduction s'effectue.



Emulsionner le beurre blanc :
- Réduire le feu ou placer la sauteuse sur le côté de la plaque du fourneau.
- Incorporer progressivement le beurre ramolli découpé en parcelles, tout en fouettant énergiquement.



- Passer le beurre blanc au chinois étamine (facultatif), ou le mixer.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Réserver le beurre blanc dans un endroit tiède de 45 °C à 50 °C (ne pas le placer au bain-marie).

LA SAUCE HOLLANDAISE

BON D'ÉCONOMAT





Elle doit être réalisée juste avant le service et en quantité nécessaire au service uniquement.

DENRÉES pour 1 kg de de BEURRE	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- œufs (jaunes)	**pièce**	**16**		
- eau froide	**l**	**0,10**		
- beurre	**kg**	**1,000**		
- citron (1 pièce) (1)	**kg**	**0,150**		
Assaisonnement				
- sel fin		**PM**		
- piment de Cayenne		**PM**		
Durée moyenne de réalisation			**15 à 20 min**	

(1) La sauce hollandaise peut être réalisée à partir d'une réduction de vin blanc et d'échalotes ciselées. Dans ce cas, le jus de citron est supprimé.

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées

2) Clarifier le beurre et le décanter

- Le découper en petites parcelles et le clarifier lentement au bain-marie sans y toucher jusqu'à séparation du petit lait.
- Lorsqu'il est clarifié, le décanter (ôter l'écume et le petit lait).

3) Clarifier les œufs

- Mettre les jaunes dans une petite sauteuse.
- Ajouter l'eau froide.

4) Réaliser le sabayon

- Placer la sauteuse sur le coin de la plaque du fourneau (la chaleur doit être très douce).
- Fouetter énergiquement en formant des huit avec un fouet à sauce très souple.
- Le sabayon doit augmenter de volume et prendre une consistance mousseuse et légèrement onctueuse.
- Retirer la sauteuse du feu dès que la température est proche de 60 °C et que chaque coup de fouet laisse apercevoir le fond de la sauteuse. Si la consistance est un peu trop crémeuse et si l'on voit nettement le fond de la sauteuse, ajouter un peu d'eau froide.

5) Monter la sauce hollandaise

- Ajouter le sel et le jus de citron (le jus de citron peut être ajouté juste au moment de l'utilisation de la sauce).
- Incorporer progressivement le beurre décanté en tournant à l'aide du petit fouet (comme lors de la réalisation de la sauce mayonnaise).
  Si au cours de l'émulsion la consistance de la sauce épaissit trop, ajouter un peu d'eau tiède.

6) Vérifier l'assaisonnement

- Ajouter une pointe de piment de Cayenne ou quelques gouttes de jus de citron, si nécessaire.

7) Passer la sauce hollandaise au chinois étamine, en foulant bien

8) Corner les bords du bain-marie

• Réserver la sauce à couvert dans un endroit tiède (+ 40 à + 50 °C maximum).

UTILISATIONS

- *La sauce hollandaise et ses dérivés sont principalement utilisés pour accompagner les préparations à base de poisson, d'œufs, et de légumes pochés ou cuits à la vapeur et servis chauds.*
- *La sauce hollandaise peut être également utilisée pour favoriser le glaçage des sauces poisson (sauce vin blanc à glacer). Ce procédé fréquemment utilisé donne d'excellents résultats, mais il est peu recommandable car il dénature le caractère original de la sauce.*



RECOMMANDATIONS

- *Utiliser toujours une sauteuse parfaitement étamée, de grandeur juste appropriée à la quantité de sauce à réaliser : dans une sauteuse trop grande, les œufs coagulent trop rapidement et n'augmentent pas de volume.*
- *Maintenir la sauce terminée dans un endroit tiède, mais surtout pas au bain-marie (une température supérieure à 63 °C dissocie les ingrédients de la sauce).*
- *Isoler le fond du récipient qui aura servi à débarrasser la sauce (terrine ou bain-marie) de toute source de chaleur directe, à l'aide d'une plaque ou d'assiettes retournées.*
- *Couvrir le récipient.*
- ***Ne jamais remonter la sauce hollandaise du jour sur celle de la veille (le mélange étant peu cuit, il y a un risque grave de multiplication bactériologique).***
- *Eviter le contact de la sauce avec du matériel argenté (cuiller) : risques d'oxydation.*

DIFFÉRENTES CAUSES D'ÉCHEC ET SOLUTIONS DE RATTRAPAGE DE LA SAUCE HOLLANDAISE «TOURNÉE»

Une sauce hollandaise peut «tourner» à cause de 2 phénomènes très différents :

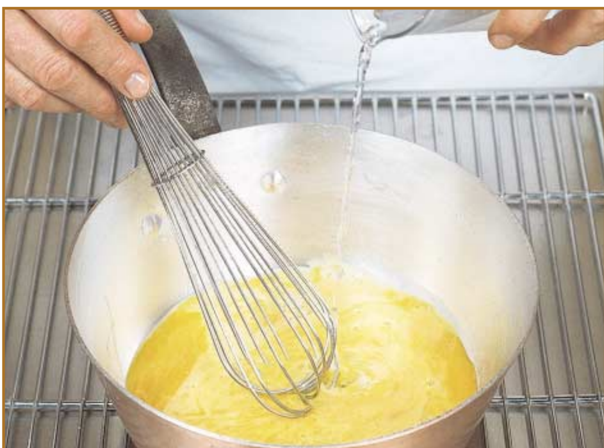
- coagulation excessive des jaunes (formation de petits caillots)
- rupture de l'émulsion eau-graisse (séparation de la phase aqueuse et de la phase grasse).

CAUSES DE L'ÉCHEC	SOLUTIONS DE RATTRAPAGE
• ***Epaississement excessif du sabayon*** *(montée en température trop rapide ou température du sabayon trop élevée ou sauteuse trop grande)*	• *Détendre le sabayon trop épais avec un peu d'eau froide*
• **Sauce trop épaisse présentant un aspect lourd et mat** *(sabayon trop cuit ou pas assez d'eau au départ)*	• *Détendre la sauce trop épaisse avec un peu d'eau froide*
La sauce tourne pendant ou après l'émulsion	
• *Température du beurre trop élevée* • *Température d'entreposage trop élevée*	• *Remonter la sauce avec un peu d'eau froide ou un glaçon*
• *Température du beurre pas assez élevée* • *Température d'entreposage pas assez élevée*	• *Remonter la sauce avec un peu d'eau tiède*
• *Addition trop importante de beurre au départ*	• *Remonter la sauce avec un peu d'eau tiède en incorporant le beurre plus lentement*
• *Mauvaises proportions : trop de beurre par rapport à la quantité de jaunes d'œufs*	• *Bien respecter les proportions : 16 jaunes pour 1 kg de beurre*

SUITE



• Clarifier le beurre et le décanter.
• Le découper en parcelles et le faire fondre lentement au bain-marie sans y toucher jusqu'à ce que le petit lait se sépare.



• Clarifier les œufs et mettre les jaunes dans une sauteuse de petite dimension, afin que chaque coup de fouet ait un maximum d'efficacité.
• Ajouter l'eau froide.



• Monter le sabayon sur un feu très doux, en fouettant énergiquement sans arrêter. Il doit augmenter de volume et devenir très mousseux.
• Retirer la sauteuse du feu lorsque la température du sabayon est proche de 60 °C, et que chaque coup de fouet laisse apercevoir le fond de la sauteuse.



• Incorporer progressivement le beurre clarifié et décanté en tournant la sauce à l'aide d'un petit fouet.



• Ajouter le sel, le piment de Cayenne et le jus de citron (le jus de citron peut être ajouté juste au moment de l'utilisation de la sauce).



• Vérifier l'assaisonnement.
• Passer la sauce hollandaise au chinois étamine.
• La réserver à couvert dans un endroit tiède de + 40 à + 50 °C maximum.

EXEMPLES DE SAUCES DÉRIVÉES

<table>
<tr><th>Sauce de base</th><th>Garniture</th><th>Sauces dérivées</th><th>Utilisations</th></tr>
<tr><td rowspan="6">SAUCE HOLLANDAISE</td><td>Moutarde blanche ou moutarde de Meaux</td><td>sauce moutarde</td><td>- poissons grillés, abats blancs pochés</td></tr>
<tr><td>Crème fouettée très ferme</td><td>sauce mousseline ou vierge</td><td>- légumes pochés (asperges, brocolis, fonds d’artichauts, choux-fleurs,…)</td></tr>
<tr><td>Jus et zestes d’oranges sanguines taillés en julienne et blanchis</td><td>sauce maltaise</td><td rowspan="3">- poissons en papillote
- poissons à la vapeur
- poissons pochés
- légumes cuits à la vapeur ou à l’anglaise,…</td></tr>
<tr><td>Jus et julienne blanchie de zestes de mandarines</td><td>sauce Mikado</td></tr>
<tr><td colspan="2">(oranges et mandarines peuvent être remplacées par des pamplemousses)</td></tr>
<tr><td>Coulis de crustacés, coulis de tomates, de poivrons, de fenouils</td><td>sabayon
dont l’appellation correspond à la garniture</td><td>- terrines chaudes de poissons
- terrines de légumes
- terrines de crustacés
- poissons et légumes pochés ou cuits à la vapeur
- œufs pochés ou mollets…</td></tr>
</table>

LA SAUCE BÉARNAISE

BON D'ÉCONOMAT





Elle doit être réalisée juste avant le service et en quantité nécessaire au service uniquement.

DENRÉES pour 1 kg de BEURRE	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- œufs	pièce	16		
- beurre	kg	1,000		
Réduction				
- vin blanc	l	0,15		
- vinaigre d'alcool	l	0,15		
ou				
- vinaigre d'estragon	l	0,15		
- échalotes	kg	0,150		
- poivre concassé (mignonnette)	kg	0,015		
- estragon	botte	1/2		
- cerfeuil	botte	1/4		
Finition				
- estragon	botte	1/2		
- cerfeuil	botte	1/4		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
Durée moyenne de réalisation			20 à 25 min	

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Clarifier le beurre et le décanter

- Le découper en petites parcelles et le laisser fondre (clarifier) lentement au bain-marie sans y toucher.
- Lorsqu'il est clarifié, le décanter : séparer l'écume et le petit lait.

3) Préparer les éléments de la réduction

- Eplucher, laver et ciseler finement les échalotes.
- Laver, effeuiller et hacher l'estragon et le cerfeuil.
- Concasser le poivre en grains.

4) Réaliser la réduction de la sauce béarnaise

- Réunir dans une petite sauteuse le vin blanc, le vinaigre d'alcool ou le vinaigre d'estragon, les échalotes ciselées, le cerfeuil et l'estragon hachés, et la mignonnette.
- Laisser réduire des trois quarts très doucement sur le coin de feu.
- Refroidir la réduction et la laisser infuser hors du feu.

5) Réaliser le sabayon

- Clarifier les œufs.
- Ajouter les jaunes à la réduction refroidie (il est prudent d'ajouter un peu d'eau froide).
- Placer la sauteuse sur un feu très doux (coin de la plaque du fourneau) et fouetter énergiquement sans arrêter, en formant des huit, à l'aide d'un fouet à sauce très souple. Le sabayon doit augmenter de volume et prendre une consistance mousseuse et légèrement onctueuse.
- Retirer la sauteuse du feu dès que la température du sabayon est proche de 60 °C et que chaque coup de fouet laisse apercevoir le fond de la sauteuse.
  Attention ! Si la consistance est un peu trop crémeuse et que l'on voit nettement le fond de la sauteuse, il est prudent de rajouter un peu d'eau froide.

6) Monter la sauce béarnaise

- Ajouter le sel fin.

• Incorporer progressivement le beurre décanté en tournant à l'aide d'un petit fouet, comme lors de la réalisation de la sauce hollandaise.
Si au cours de l'émulsion la consistance de la sauce épaissit trop, rajouter un peu d'eau tiède.

7) Vérifier l'assaisonnement

8) Passer la sauce béarnaise au chinois étamine en foulant dans un petit bain-marie à sauce

9) Ajouter le reste de l'estragon et du cerfeuil fraîchement hachés

10) Corner les bords du bain-marie

• Réserver la sauce béarnaise à couvert dans un endroit tiède (+ 40 à + 50 °C maximum).

UTILISATIONS

La sauce béarnaise et ses dérivés sont principalement utilisés pour accompagner les préparations à base de viandes et de poissons grillés (tournedos Henri IV, Beaugency, Helder, entrecôte Choron, tyrolienne, Valois, béarnaise, Belle-Hélène... ; turbotin grillé sauce Choron, œufs pochés Bragance, Henri IV, etc.).



PRÉCAUTIONS

Elles sont identiques à celles de la sauce hollandaise. Les sauces émulsionnées à base d'œufs, soumises au battage et à ses risques de contamination microbienne, ne subissent pas de cuisson. Elles représentent un milieu particulièrement propice au développement microbien : richesse du milieu, oxygène, eau, température tiède, préparation à l'avance.

Certaines précautions doivent donc être respectées :

- *Veiller tout particulièrement à la propreté (désinfection) du matériel utilisé : calottes, bahuts, fouets, poches, douilles.*
- *Ne pas utiliser un matériel en argent en raison de phénomènes d'oxydation.*
- *N'utiliser que des œufs extra-frais.*
- *Bien se laver les mains et ne pas goûter les sauces avec les doigts ou deux fois de suite avec la même cuiller.*
- *Ne préparer que les quantités de sauce nécessaires au service.*
- *Ne pas conserver les excédents (qui ne doivent en aucun cas servir à «remonter» la sauce du service suivant !).*



• Clarifier le beurre et le décanter.
• Le découper en parcelles et le faire fondre lentement au bain-marie sans y toucher jusqu'à ce que la matière grasse se sépare du petit lait.



• Réunir dans une sauteuse le vin blanc, le vinaigre, l'échalote ciselée, le poivre concassé, la moitié de l'estragon et du cerfeuil hachés.
• Laisser réduire des trois quarts très doucement.
• Refroidir la réduction et la laisser infuser.



• Ajouter les jaunes à la réduction refroidie (il est prudent d'ajouter un peu d'eau froide).
• Monter le sabayon en fouettant vigoureusement.
• Retirer la sauteuse du feu dès que la température du sabayon est proche de 60 °C et que chaque coup de fouet laisse apercevoir le fond de la sauteuse.

SUITE



- Incorporer progressivement le beurre clarifié et décanté en tournant la sauce à l'aide d'un petit fouet.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Si la sauce s'épaissit trop, lui ajouter un peu d'eau tiède.



- Passer la sauce au chinois étamine dans un petit bain-marie, en foulant fortement.



- Ajouter le reste de l'estragon et du cerfeuil fraîchement hachés.
- Réserver la sauce béarnaise à couvert dans un endroit tiède de + 40 à + 50 °C maximum.

DIFFÉRENTES CAUSES D'ÉCHEC ET SOLUTIONS DE RATTRAPAGE DE LA SAUCE BÉARNAISE «TOURNÉE»

(identique à la sauce hollandaise)

EXEMPLES DE SAUCES DÉRIVÉES

Sauce de base	Garniture	Sauces dérivées	Utilisations
SAUCE BÉARNAISE	Fondue de tomates réduite, hachée ou mixée (pas d'estragon, ni de cerfeuil en finition)	sauce Choron	- viandes grillées et poissons grillés
	Glace de viande	sauce Foyot ou Valois	- viandes grillées et poissons grillés
	Sauce béarnaise montée à l'huile, fondue de tomates réduite, hachée ou mixée	sauce tyrolienne	- viandes grillées et poissons grillés
	Sauce béarnaise dont l'estragon est remplacé par la menthe	sauce paloise	- crustacés grillés (homards, langoustes)
	Sauce béarnaise dont les jaunes d'œufs ont été remplacés par du corail de homard ou de langouste	sauce corail	- crustacés grillés (homards, langoustes)
	Réduction composée de vinaigre, thym, laurier, mignonnette et raifort râpé, sabayon monté avec beurre d'écrevisses et coulis d'écrevisses. Additionner crème fouettée et salpicon de queues d'écrevisses	sauce bavaroise	- poissons et crustacés grillés ou pochés

RÉALISER UN COLORANT VERT VÉGÉTAL

Les pigments verts des plantes (épinards, cresson, persil, etc.) constitués par de la chlorophylle peuvent être extraits après broyage du végétal.

Après chauffage, ils donnent un gel (coagulat) ayant un fort pouvoir colorant. Ce «vert végétal» ou «coagulat de chlorophylle» est utilisé en cuisine pour colorer ou renforcer la couleur verte des sauces, des potages, des pâtes fraîches, des beurres composés, des «farces mousseline»...

TECHNIQUE



- Eplucher, équeuter, trier et laver soigneusement les feuilles vertes d'épinards, de cresson, de blettes, de persil, de cerfeuil, d'estragon, par exemple.
- Les mixer très finement avec un peu d'eau afin de bien broyer les chloroplastes sphériques (granules à chlorophylle) pour en libérer la chlorophylle.



- Extraire le jus vert ainsi obtenu en le pressant à l'aide d'une étamine.



- Chauffer tout doucement le jus ainsi obtenu jusqu'à la température de + 70 °C.
- Le liquide se clarifie de lui-même : un gel très vert apparaît à la surface et le reste du liquide devient transparent.



- Egoutter très délicatement le gel sur une étamine ou sur un linge très propre et humide.
- Eviter de remuer le liquide pour ne pas redisperser le gel.
- Utiliser ce «coagulat de chlorophylle» immédiatement, ou le réserver bien enveloppé à l'abri de l'air en enceinte réfrigérée.

REMARQUE

Voir également les liants protéiques d'origine végétale, les gélifiants et épaississants polysaccharidiques d'origine végétale dans l'ouvrage «Technologie culinaire» - Editions BPI.

LA DUXELLES SÈCHE

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 kg de CHAMPIGNONS				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base - champignons - beurre - oignons - échalotes - persil - citron (facultatif)	 kg kg kg kg kg	 1,000 0,100 0,075 0,075 0,020 PM		
Assaisonnement - sel fin - poivre du moulin		 PM PM		
Durée moyenne de préparation			25 à 30 min	
Durée moyenne de cuisson			20 à 25 min	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Eplucher, laver et tailler les légumes

- Eplucher, laver et ciseler finement les oignons et les échalotes
- Laver, équeuter, essorer, concasser, hacher le persil.
- Eplucher, laver, émincer et hacher finement et très rapidement les champignons (voir page 66).
- Les presser fortement à l'aide d'une étamine pour extraire le maximum d'eau.

3) Marquer la Duxelles en cuisson

- Faire suer au beurre les échalotes et les oignons ciselés.
- Ajouter les champignons hachés et pressés.
- Saler, poivrer.
- Laisser cuire rapidement la Duxelles jusqu'à l'évaporation complète de l'eau.
- Remuer fréquemment à l'aide d'une spatule en exoglass, surtout en fin de cuisson.
- Ajouter le persil haché

4) Débarrasser la Duxelles

- Débarrasser la Duxelles dans une calotte en acier inoxydable et la recouvrir d'un papier sulfurisé beurré.

REMARQUE

- *Lorsque la Duxelles est réalisée en très petite quantité, il n'est pas nécessaire de presser les champignons ; dans ce cas, utiliser une sauteuse suffisamment grande pour mieux faire évaporer l'eau.*
- *Suivant l'utilisation de la Duxelles, il est possible de citronner très légèrement les champignons, ce qui permet de limiter les réactions d'oxydation et de préserver la couleur blanche des champignons.*
- *La Duxelles sèche peut être réalisée avec seulement des échalotes, sans oignons. Dans ce cas, il faut prévoir 0,150 kg d'échalotes pour 1 kg de champignons.*
- *Elle peut être réalisée avec tous les autres champignons comestibles.*



RECOMMANDATIONS

- *Utiliser des champignons très frais et très blancs.*
- *Ne pas les laver à l'avance, ni les laisser tremper dans l'eau de lavage.*
- *Faire suer les oignons et les échalotes ciselés à l'avance, marquer la Duxelles en cuisson, dès la fin du hachage.*
- *Pour hacher les champignons, l'utilisation d'un mixeur est recommandée.*

FARCES DE BASE



• Faire suer les échalotes et les oignons finement ciselés au beurre.



• Ajouter les champignons finement et rapidement hachés et pressés.
• Assaisonner



• Cuire rapidement la Duxelles jusqu'à l'évaporation complète de l'eau de végétation.
• Ajouter le persil haché.



• Débarrasser la Duxelles dans une calotte en acier inoxydable, et la recouvrir d'un papier sulfurisé beurré.

LA DUXELLES À FARCIR OU DUXELLES POUR LÉGUMES FARCIS

(TÊTES DE CHAMPIGNONS, TOMATES)

DENRÉES pour 1 kg de CHAMPIGNONS	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base : Duxelles sèche				
- champignons	kg	1,000		
- beurre	kg	0,100		
- échalotes	kg	0,075		
- oignons	kg	0,075		
- persil	kg	0,020		
Complément				
- vin blanc	l	0,20		
- sauce demi-glace tomatée	l	0,40		
ou				
- fond brun de veau lié fortement tomaté	l	0,40		
- ail	kg	0,020		
- mie de pain	kg	0,150 à 0,200		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Durée moyenne de préparation			30 à 35 min	
Durée moyenne de cuisson			30 à 35 min	

SUITE

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

• Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Réaliser la Duxelles sèche
(voir fiche précédente).

3) Ajouter les éléments complémentaires

• Ajouter le vin blanc et le laisser réduire presque complètement.

• Ajouter la sauce demi-glace ou le fond brun de veau lié fortement tomaté, et l'ail finement haché.

• Laisser réduire doucement et ajouter la mie de pain tamisée

• Laisser réduire jusqu'à la consistance souhaitée, en remuant fréquemment à l'aide d'une spatule en exoglass.

4) Vérifier la consistance et l'assaisonnement

5) Débarrasser la Duxelles à farcir dans une calotte en acier inoxydable.

• La recouvrir d'un papier sulfurisé beurré.

REMARQUE

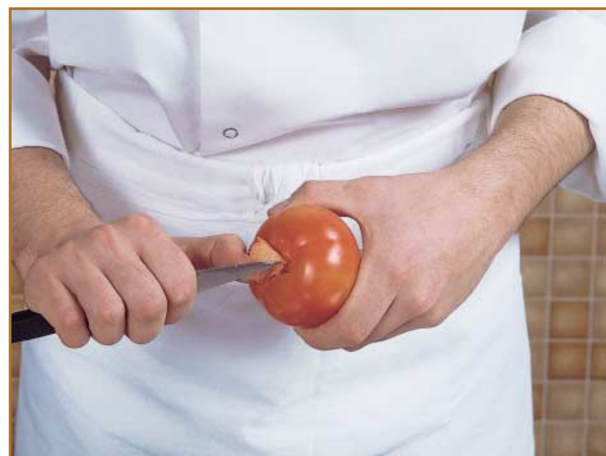
La Duxelles sèche peut être additionnée de farce mousseline ou de farce à quenelles pour farcir les légumes pochés ou braisés.

Elle peut être additionnée (en parts égales) de viande hachée ou de farce à pâté ; dans ce cas, elle doit être utilisée avec l'appellation «Duxelles à la bonne femme».

MONDER LES TOMATES



• Laver soigneusement les tomates



• Supprimer le pédoncule avec la pointe d'un couteau d'office.
• Il est possible d'inciser légèrement la peau de la tomate du côté opposé au pédoncule.



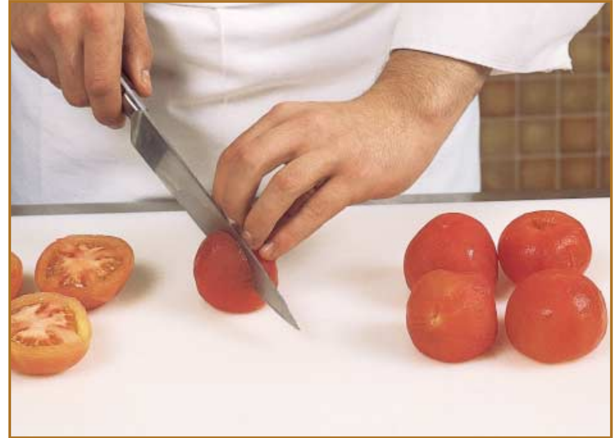
• Plonger les tomates dans l'eau bouillante durant environ 8 à 12 secondes (selon leur degré de maturité). Il est possible d'utiliser une passoire pour monder des tomates en grosse quantité.
• Effectuer un contrôle sur une tomate : si elle se pèle facilement, les retirer immédiatement de l'eau bouillante et **les** rafraîchir dans une calotte ou dans un bahut contenant de l'eau glacée.

CONCASSER DES TOMATES



• Peler les tomates à l'aide d'un couteau d'office.
Les tomates mondées peuvent être utilisées pour les salades, pour réaliser la fondue de tomates ou des tomates concassées.

• Monder les tomates (voir ci-contre).



• Partager les tomates en deux transversalement (dans le sens de la circonférence).



• Epépiner les tomates. Eliminer l'eau de végétation et les pépins en pressant les demi-tomates avec la main. (L'eau de végétation et les pépins peuvent être réservés et utilisés pour la réalisation d'un fond brun ou d'une sauce tomate).



• Concasser les demi-tomates : placer les demi-tomates bien à plat sur la planche à découper, les détailler en tranches régulières de 5 à 8 mm de côté, faire pivoter les demi-tomates d'un quart de tour et couper des petits dés réguliers.

LA FONDUE DE TOMATES

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 kg de TOMATES	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- Tomates bien mûres	kg	1,000		
- beurre	kg	0,050		
ou				
- huile d'olive (selon utilisation)	l	0,05		
- oignons	kg	0,100		
ou				
- échalotes (selon utilisation)	kg	0,100		
- ail	kg	0,020		
- bouquet garni avec une dominante en thym	pièce	1		
- concentré de tomates (facultatif)	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel		PM		
- poivre du moulin		PM		
- sucre semoule		PM		
Durée moyenne de préparation			25 à 30 min	
Durée moyenne de cuisson			25 à 30 min	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Eplucher, laver et tailler les légumes

- Eplucher, laver et ciseler finement les oignons ou les échalotes.
- Eplucher, laver les gousses d'ail, ôter les germes.
- Confectionner le bouquet garni avec une dominante en thym.
- Laver, monder, épépiner, presser, concasser les tomates.

3) Marquer la fondue de tomates en cuisson

- Faire suer les oignons ou les échalotes avec le beurre ou l'huile (généralement l'huile pour les oignons, le beurre pour les échalotes).
- Ajouter les tomates concassées, les gousses d'ail entières (pour les récupérer facilement) et le bouquet garni.
- Assaisonner, et ajouter une petite prise de sucre si les tomates sont trop acides.
  Selon la maturité et la couleur des tomates, ajouter un peu de concentré de tomates.
- Couvrir la sauteuse avec un papier sulfurisé.
- Cuire la fondue de tomates jusqu'à l'évaporation complète de l'eau de végétation.
- Remuer fréquemment à l'aide d'une spatule en exoglass surtout en fin de cuisson.

4) Débarrasser la fondue de tomates

- Vérifier l'à-point du dessèchement et l'assaisonnement. Retirer les gousses d'ail et le bouquet garni.
- Débarrasser la fondue de tomates dans un petit récipient en acier inoxydable et la recouvrir d'un papier sulfurisé.

REMARQUE

Selon la teneur en eau des tomates, il est possible de retirer le papier sulfurisé en fin de cuisson.

Une grande quantité de fondue de tomates peut être cuite au four.

UTILISATIONS

- *Sauces portugaise, provençale, bretonne, Choron.*
- *Œufs brouillés portugaise, omelette plate à l'espagnole.*
- *Poulet sauté et médaillon de veau Duroc.*
- *Pâtes à la tomate, petites garnitures, éléments de présentation...*



• Monder les tomates.



• Les épépiner en les pressant à la main.



• Concasser les tomates.



• Faire suer les oignons ou les échalotes ciselés au beurre ou à l'huile (selon l'utilisation).
• Ajouter les tomates concassées, l'ail, le bouquet garni, le sel, le poivre, une prise de sucre et le concentré, si nécessaire.



• Couvrir la sauteuse avec un papier sulfurisé et cuire la fondue de tomates jusqu'à la complète évaporation de l'eau de végétation.



• Vérifier l'assaisonnement.
• Retirer l'ail et le bouquet garni.
• Débarrasser la fondue de tomates dans un petit récipient en acier inoxydable.

L'APPAREIL À POMMES DUCHESSE

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 kg de POMMES DE TERRE (1)	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- pommes de terre (Bintje) - beurre - œufs (jaunes)	kg kg pièce	1,000 0,100 env. 6 env.		
Assaisonnement - sel gros - sel fin - poivre du moulin - noix de muscade	kg kg kg kg	PM PM PM PM		
Finition - farine ou - huile	kg l	PM PM		
Durée moyenne de cuisson			20 à 25 min	
Durée moyenne de réalisation			20 à 25 min	

(1) L'unité de base de l'appareil à pommes Duchesse est le kg de pommes de terre

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Eplucher et laver les pommes de terre

3) Les détailler en gros quartiers

(Si elles sont petites et de forme régulière, les laisser entières).

4) Cuire les pommes de terre à l'anglaise

- Placer les quartiers de pommes de terre dans une russe de grandeur appropriée.
- Mouiller à l'eau froide (2 à 3 cm au-dessus du niveau des pommes de terre).
- Saler au gros sel.
- Porter à ébullition.
- Cuire à faible ébullition et à couvert durant 20 à 25 min.
- Ecumer fréquemment, si nécessaire.

5) Confectionner l'appareil à pommes Duchesse

- Contrôler la cuisson des pommes de terre avec une aiguille à brider ou la pointe d'un couteau d'office.
- Les égoutter, les débarrasser dans une plaque, puis les dessécher à l'entrée d'un four.
- Passer les pommes de terre immédiatement au tamis ou au moulin à légumes (ne pas les refroidir).
- Remettre la pulpe de pommes de terre dans la russe de cuisson.
- La dessécher sur le feu à l'aide d'une spatule en exoglass en mélangeant énergiquement.
- Incorporer le beurre en parcelles.
- Clarifier les œufs et ajouter délicatement les jaunes hors du feu.
- Remettre l'appareil sur le feu en remuant rapidement afin de terminer la liaison.
- Vérifier l'assaisonnement (sel fin, poivre du moulin, râpures de noix de muscade).

6) Débarrasser l'appareil à pommes Duchesse

- Débarrasser l'appareil sous faible épaisseur dans une plaque en acier inoxydable légèrement farinée ou huilée.
- Egaliser la surface à l'aide d'une spatule ou d'une corne farinée.
- Recouvrir d'une feuille de papier sulfurisé ou d'un film en plastique alimentaire (pour éviter le croûtage en surface).

7) Utiliser l'appareil à pommes Duchesse avant son complet refroidissement.

UTILISATIONS

- *Pommes Duchesse façonnées à la main en forme de palets, de galettes, de petites brioches.*
- *Pommes Duchesse couchées à la poche munie d'une douille cannelée ou unie, bordures de plats (décor).*
- *Appareil à pommes croquettes et dérivés, croquettes au lard, pommes Berny, amandine, Saint-Florentin, etc.*
- *Appareil à pommes Dauphine et dérivés, Lorette, Bussy,....*
- *Appareil à fondants, croustades, gnocchi à la niçoise, mazagrans (voir chapitre sur les hors-d'œuvre chauds, «Technologie culinaire» - Edition BPI).*



RECOMMANDATIONS

- *Eviter d'utiliser des pommes de terre à chair ferme (elles cordent plus facilement).*
- *Découper les pommes de terre en gros quartiers réguliers afin d'uniformiser la durée de la cuisson. En effet, des quartiers trop petits favorisent la pénétration de l'eau à l'intérieur de la pomme de terre. La consistance de la pulpe est plus molle, la durée du dessèchement est allongée et le façonnage des pommes de terre est rendu plus difficile. Certains professionnels cuisent les pommes de terre entières avec leur peau (pommes de terre en robe des champs) ou au four sur un lit de gros sel (façon pommes Macaire).*
- *Eviter d'utiliser un mixeur et passer les pommes de terre brûlantes au travers d'un tamis à l'aide d'un pilon. Appuyer le pilon bien droit, ne pas tourner car la pulpe risque de prendre une consistance glutineuse, on dit alors qu'elle «corde».*
- *Surveiller attentivement la cuisson des pommes de terre, elles doivent être juste cuites. Trop cuites, la pulpe est trop molle, difficile à dessécher et à façonner.*
- *Ajouter les jaunes d'œufs* ***hors du feu****, remuer immédiatement et délicatement pour ne pas projeter les jaunes contre les parois brûlantes de la russe (risque de coagulation des jaunes).*
- *Utiliser l'appareil à pommes Duchesse dès que sa température le permet. En refroidissant, l'appareil acquiert une consistance plus épaisse, moins souple et difficile à utiliser.*



- Eplucher, laver et détailler les pommes de terre en gros quartiers.



- Cuire les quartiers de pommes de terre à l'anglaise (départ en eau froide), à couvert.
- Saler au gros sel.
- Ecumer soigneusement.

SUITE



• Egoutter les pommes de terre et les dessécher à l'entrée d'un four.



• Les passer au tamis à l'aide d'un pilon (attention : appuyer bien droit avec le pilon, ne pas tourner).



• Remettre la pulpe dans la russe de cuisson et la dessécher sur le feu.
• Ajouter le beurre en parcelles, mélanger énergiquement avec une spatule en exoglass.
• Incorporer délicatement les jaunes hors du feu.
• Dessécher à nouveau l'appareil sur le feu durant quelques minutes.



• Débarrasser l'appareil sous faible épaisseur dans une plaque légèrement huilée ou farinée.
• Couvrir d'un film en plastique alimentaire.
• Utiliser avant le complet refroidissement.

LA FARCE MOUSSELINE

(VOLAILLE, VEAU, POISSON, CRUSTACÉS)

DENRÉES pour 1 kg de CHAIR net	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base - chair de volaille poids net	kg	1,000		
ou - chair de veau poids net (noix, sous-noix, noix pâtissière)	kg	1,000		
ou - filet de poisson poids net (merlan, colin, brochet, ...)	kg	1,000		
ou - chair de crustacés poids net (langoustines, écrevisses, crevettes, homards, langoustes)	kg	1,000		
- œufs (blancs) - crème double ou fleurette	pièce l	2 à 4 0,80 à 1,20		
Assaisonnement - sel fin - poivre blanc du moulin ou piment de Cayenne - noix de muscade (facultatif)	 kg kg kg	 PM PM PM		
Durée moyenne de préparation			25 à 30 min	

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.
- Maintenir les différents accessoires du matériel à hacher en enceinte réfrigérée, ou dans une chambre froide négative.

2) Vérifier soigneusement la chair de base

- Supprimer la peau, la graisse, les «nerfs», les aponévroses des blancs de volaille.
- Parer, dégraisser, dénerver la noix, la sous-noix ou la noix pâtissière de veau.
- Parer, dénerver, ôter les éventuelles arêtes des filets de poisson.
- Décortiquer et parer les crustacés, sans oublier d'ôter le petit boyau noir.

3) Détailler la chair de base en petits morceaux

- Puis, les laisser raffermir quelques minutes en enceinte réfrigérée.

SUITE

4) Assaisonner avec le sel fin, le poivre blanc du moulin ou le piment de Cayenne

5) Hacher finement la chair au mixeur, ou deux fois de suite au hachoir à viande
(La chair peut être passée ensuite au travers d'un tamis métallique fin en utilisant un pilon).

6) Ajouter les blancs d'œufs en fin de hachage

7) Débarrasser la chair hachée dans une grande calotte en acier inoxydable

- Placer cette calotte dans une autre plus grande et contenant de la glace.

8) Monter la farce mousseline avec la crème

- Travailler la farce à l'aide d'une spatule en exoglass pour bien l'homogénéiser et la refroidir : elle doit devenir compacte, ferme et très élastique.
- Incorporer progressivement la crème très froide (par petites quantités). La farce se détend légèrement et reprend du corps.
- Lorsque la farce perd de sa résistance et de son élasticité, arrêter d'incorporer de la crème.

9) Vérifier l'assaisonnement et corner la calotte

- Maintenir la farce mousseline sur la glace jusqu'à son utilisation, la recouvrir d'un film en plastique alimentaire.

UTILISATIONS

La farce mousseline est principalement utilisée pour farcir les suprêmes et les jambonnettes de volaille, les escalopes et les paupiettes de veau, les filets de poisson, pour la réalisation des paupiettes et des terrines de poisson, pour la confection des mousses, des mousselines et des petites quenelles de garniture.



REMARQUE

- *La quantité de blancs d'œufs nécessaire varie selon la qualité, la fraîcheur et la nature de la chair utilisée. La chair de poisson très frais et la chair de volaille ne nécessitent pas toujours l'utilisation de blancs d'œufs.*
- *Avec une crème liquide contenant des extraits d'algues (polysaccharides), il est également possible de diminuer sans inconvénient la quantité de blancs d'œufs.*
- *Les quantités de crème varient selon la finesse et la souplesse recherchée. Pour la réalisation d'une terrine de poisson par exemple, on peut diminuer légèrement la quantité de crème de façon à obtenir un produit ayant plus de tenue à la découpe.*
- *Pour obtenir une farce mousseline particulièrement souple et légère, on peut procéder en deux étapes : monter d'abord la farce avec 0,80 l de crème pour 1 kg de chair, puis la laisser reposer sur glace durant plusieurs heures (en enceinte réfrigérée), terminer en lui faisant absorber 0,60 l à 0,70 l de crème supplémentaire.*



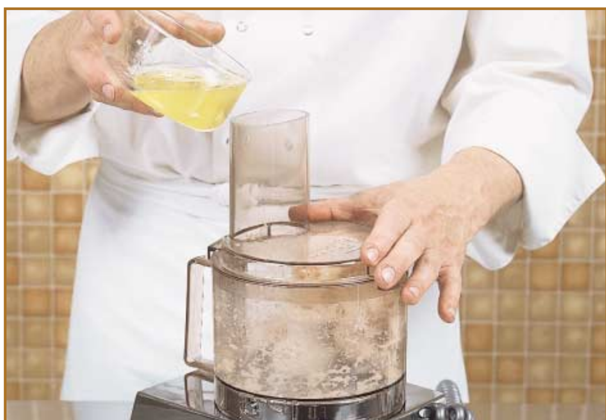
PRÉCAUTIONS

- *Laver et désinfecter tous les accessoires des appareils à hacher avant et après les avoir utilisés.*
- *Avant de les utiliser, refroidir les accessoires des appareils à hacher en chambre froide négative.*
- *Le mixeur est pratique d'utilisation, mais il présente l'inconvénient de chauffer la chair. Utiliser de préférence une machine à hacher en faisant passer la chair deux fois de suite au travers de la grille la plus fine (les «nerfs» ou les aponévroses restent entre le couteau et la grille et ne passent pas dans la farce).*
- *Assaisonner les morceaux de poisson avant de les hacher ou de les mixer, à raison de 18 g de sel et de 3 g de poivre blanc par kilogramme de chair.*

LA FARCE MOUSSELINE DE POISSON



- Vérifier les filets, ôter les éventuelles arêtes, les dénerver, et les découper en petits morceaux.
- Les refroidir en enceinte réfrigérée.



- Assaisonner les morceaux.
- Les mixer jusqu'à ce qu'ils forment une masse compacte, ferme et élastique.
- Ajouter les blancs d'œufs en fin de mixage.



- Passer la chair au travers d'un tamis métallique fin, en utilisant un pilon.
- Débarrasser la chair dans une calotte, la placer dans une autre plus grande contenant de la glace.



- Incorporer la crème progressivement (par petites quantités), en remuant énergiquement à l'aide d'une spatule en exoglass.
- Arrêter d'incorporer la crème lorsque la farce se détend, devient souple et légère.
- Corner et couvrir la calotte d'un film en plastique alimentaire. Réserver la farce sur glace en enceinte réfrigérée.

RÉALISER DES PAUPIETTES DE POISSON



• Aplatir légèrement les filets à l'aide d'une batte à côtelette.
• Les disposer sur une feuille de papier aluminium ou sur un film de plastique alimentaire de cuisson, en veillant bien à placer en-dessous le côté qui touchait l'arête.



• Assaisonner les filets, puis coucher la farce mousseline à l'aide d'une poche munie d'une douille unie (la farce peut être nature, blanche ou rose, selon le poisson utilisé, ou colorée en vert grâce à un coagulat de chlorophylle - voir page 315).



• Masquer les filets uniformément avec une spatule mouillée.



• Disposer éventuellement des éléments de décor (bâtonnets de légumes fortement blanchis, tronçons de saumon, grosse crevette décortiquée, queue de langoustine enrobée dans une feuille d'épinard blanchie,...)



• Rouler les paupiettes en commençant par la queue du filet.
• Envelopper les paupiettes dans le papier d'aluminium ou dans le film en plastique et serrer délicatement de façon à former des cylindres très réguliers.



• Résultat :
A) Paupiette de barbue, farce mousseline au cresson, tronçon de saumon.
B) Paupiette de barbue, farce mousseline nature, bâtonnets de carotte, de courgette et de poivron rouge.
C) Paupiette de barbue, farce mousseline de crustacé, queue de langoustine enrobée dans une feuille d'épinard blanchie.

LA FARCE À LA PANADE ET À LA CRÈME

Cette farce voisine de la farce mousseline est principalement utilisée pour la réalisation des quenelles de poisson et de volaille.

DENRÉES pour 1 kg de CHAIR net				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base - chair de poisson ou de volaille (poids net) - œufs (blancs) - crème double ou liquide	 kg pièce l	 1,000 5 1,20 à 1,50		
Panade à la frangipane - farine - œufs (jaunes) - beurre - lait	 kg pièce kg l	 0,125 4 0,100 0,25		
Assaisonnement - sel fin - poivre blanc ou piment de Cayenne - noix de muscade	 kg kg kg	 PM PM PM		
Durée moyenne de réalisation			**40 à 45 min**	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Vérifier la chair de volaille ou de poisson

- Détailler la chair en petits morceaux et la réserver en enceinte réfrigérée.

3) Confectionner la panade à la frangipane

- Disposer la farine en fontaine dans une calotte.
- Ajouter les jaunes d'œufs, le sel, le poivre blanc et la noix de muscade.
- Délayer progressivement avec le beurre fondu et ensuite avec le lait bouillant.
- Verser le mélange dans une sauteuse et le porter à ébullition sans cesser de remuer à l'aide d'un petit fouet.
- Laisser cuire la panade durant quelques minutes, puis la débarrasser sous faible épaisseur sur une plaque en acier inoxydable et la refroidir rapidement.

4) Assaisonner puis hacher la chair au mixeur ou au hachoir

5) Ajouter progressivement les blancs d'œufs, puis la panade parfaitement froide

- Travailler énergiquement le mélange à l'aide d'une spatule en exoglass, ou la laisser dans la cuve du mixeur.

6) Passer la farce à travers un tamis métallique fin

- La raffermir sur glace en enceinte réfrigérée durant environ une heure.

7) Incorporer progressivement la crème par petites quantités

- Détendre d'abord la farce avec la moitié de la crème, puis incorporer le reste légèrement fouetté.

SUITE

LA FARCE À GRATIN POUR CROÛTONS (CANAPÉS) FARCIS

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 kg de FARCE (environ)				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- foies de volaille	**kg**	**0,600**		
- lard gras	**kg**	**0,300**		
- échalotes	**kg**	**0,100**		
- Cognac	**l**	**0,10**		
- laurier		**PM**		
- thym		**PM**		
Assaisonnement				
- sel fin	**kg**	**PM**		
- poivre du moulin	**kg**	**PM**		
Durée moyenne de réalisation			**12 à 15 min**	
Durée moyenne de cuisson			**20 à 30 s**	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Eplucher, laver, puis ciseler finement les échalotes

3) Découper le lard gras en petits dés de 5 mm de section

4) Vérifier soigneusement les foies

- Supprimer toutes les éventuelles parties verdâtres.

5) Escaloper les lobes

6) Réaliser la farce à gratin

- Faire fondre le lard gras dans une sauteuse.
- Assaisonner les foies.
- Les faire sauter vivement et rapidement dans la graisse de fonte du lard gras (ils doivent rester saignants).
- Ajouter les échalotes ciselées, les faire suer sans coloration.
- Ajouter un fragment de feuille de laurier pulvérisé et un peu de fleur de thym.
- Flamber avec le Cognac.
- Mixer la farce ou la passer au tamis à l'aide d'un pilon.
- Débarrasser la farce dans une calotte et la travailler à l'aide d'une spatule en exoglass afin de bien la lisser.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Réserver la farce à gratin recouverte d'un papier sulfurisé, ou l'utiliser immédiatement.



RECOMMANDATIONS

- *Vérifier très soigneusement la qualité et la fraîcheur des foies de volaille : ils doivent être développés, brillants, légèrement humides, et sans odeur particulière.*
- *Saisir les foies vivement et rapidement : ils doivent rester saignants afin d'obtenir une farce rosée.*
- *Réaliser la farce à gratin juste au moment de son utilisation.*
- *Certains professionnels ajoutent un peu de beurre en pommade à la farce à gratin, ce qui permet de lui apporter plus de moelleux et d'éviter son oxydation. Ils l'enrichissent parfois, selon son utilisation, de foie gras ou de mousse de foie gras, de truffe ou d'essence de truffe.*



- Vérifier les foies, ôter les parties verdâtres.
- Ciseler les échalotes.
- Détailler le lard gras en petits dés, et le faire fondre dans une sauteuse.



- Ajouter les foies escalopés et les faire raidir vivement. Ils doivent rester saignants pour donner une farce bien rosée.
- Assaisonner.



- Ajouter les échalotes ciselées, le laurier pulvérisé et les fleurs de thym.
- Flamber avec le Cognac.



- Mixer la farce ou la passer au tamis à l'aide d'un pilon.



- Débarrasser la farce dans une calotte, la lisser en la travaillant avec une spatule en exoglass.
- Vérifier l'assaisonnement.
- La réserver, recouverte d'un papier sulfurisé.

LES MARINADES

Les marinades sont des préparations liquides et aromatiques, destinées à parfumer, attendrir et parfois prolonger la durée de conservation de certains aliments : grosses pièces de viandes de boucherie, volailles, viandes noires (gibiers), abats, poissons, mêlées et farces diverses pour la réalisation des terrines... (voir également l'ouvrage «Technologie culinaire» - Editions BPI).

On distingue :

- **les marinades crues**
- **les marinades cuites**
- **les marinades instantanées**

LES MARINADES CRUES

Les marinades crues sont principalement utilisées pour les viandes de boucherie, les volailles fermes et le gibier : estouffade de bœuf, daube, aiguillette braisée, coq au vin, gigue, selle carrée, côtelettes de biche ou de cerf, civet de lièvre,...

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 l de MOUILLEMENT	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Garniture aromatique				
- carottes	**kg**	**0,100**		
- oignons	**kg**	**0,100**		
- échalotes	**kg**	**0,040**		
- céleri en branches	**kg**	**0,030**		
- ail	**kg**	**0,015**		
- queues de persil		**PM**		
- thym		**PM**		
- laurier		**PM**		
(bouquet garni)				
- sarriette		**PM**		
- romarin		**PM**		
- basilic		**PM**		
- serpolet		**PM**		
(facultatif selon utilisation)				
Mouillement				
- vin blanc	**l**	**0,70**		
ou				
- vin rouge	**l**	**0,70**		
- vinaigre de vin	**l**	**0,20**		
- Cognac	**l**	**0,10**		
- huile	**l**	**0,10**		
Assaisonnement				
- sel		**PM**		
- poivre en grains		**PM**		
- clous de girofle		**PM**		
- baies de genévrier		**PM**		

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Préparer la ou les pièces à mariner

- Désosser, dégraisser, dénerver, piquer, larder, selon la nature et l'utilisation.
- Assaisonner.

3) Eplucher, laver et tailler les légumes

- Eplucher, laver et émincer finement les carottes en rondelles.
- Eplucher, laver et émincer les oignons et les échalotes.
- Eplucher, laver et émincer le céleri en branches.
- Eplucher, laver, ôter le germe, et écraser les gousses d'ail.
- Confectionner le bouquet garni.

4) Placer la ou les pièces en marinade

- Répartir la moitié de la garniture aromatique émincée dans le fond d'un récipient en acier inoxydable ou en polycarbonate. La dimension doit être juste suffisante pour contenir la ou les pièces et la marinade.
- Disposer la ou les pièces, recouvrir avec le reste de la garniture aromatique.
- Ajouter le vin, le Cognac, le vinaigre de vin, les épices et les aromates s'il y a lieu.
- Recouvrir d'une fine pellicule d'huile, puis d'un film en plastique alimentaire ou d'un couvercle hermétique.
- Maintenir le récipient en enceinte réfrigérée, en veillant à retourner fréquemment la ou les pièces dans la marinade.

LES MARINADES CUITES

Les marinades cuites conviennent principalement à des grosses pièces de viande de boucherie ou de gibier, ayant un goût fort, ou provenant d'animaux fermes ou âgés (cuissot de brocard, de sanglier, gigot de mouton en chevreuil...).

DENRÉES pour 1 l de MOUILLEMENT				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,100		
- oignons	kg	0,100		
- échalotes	kg	0,040		
- céleri en branches	kg	0,030		
- ail	kg	0,015		
- bouquet garni	pièce	1		
- sarriette		PM		
- romarin		PM		
- basilic		PM		
- serpolet (facultatif selon utilisation)		PM		
Mouillement				
- vin blanc	l	0,70		
ou				
- vin rouge	l	0,70		
- Cognac	l	0,10		
- vinaigre de vin	l	0,20		
- huile	l	0,10		
Assaisonnement				
- sel		PM		
- poivre en grains		PM		
- clous de girofle		PM		
- baies de genévrier		PM		

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Eplucher, laver et tailler les légumes
- Eplucher, laver et émincer finement les carottes en rondelles.
- Eplucher, laver et émincer les oignons et les échalotes.
- Eplucher, laver et émincer le céleri en branches.
- Eplucher, laver, ôter le germe et écraser les gousses d'ail.
- Confectionner le bouquet garni.

3) Réaliser la marinade cuite
- Faire suer (revenir) la garniture aromatique à l'huile, avec une légère coloration.
- Ajouter le vin, le vinaigre, puis le bouquet garni, l'ail, les épices et les aromates s'il y a lieu.
- Cuire la marinade à faible ébullition durant une demi-heure.
- Ecumer soigneusement.

4) Refroidir rapidement et complètement la marinade

5) Préparer la ou les pièces à mariner
- Désosser, dégraisser, dénerver, parer, piquer, larder... selon nature et utilisation.
- Assaisonner.

6) Immerger la ou les pièces dans la marinade
- Couvrir et réserver le récipient en enceinte réfrigérée.

REMARQUE

La marinade doit être bien froide avant d'y ajouter la ou les pièces à traiter.

La marinade cuite a les mêmes rôles que la marinade crue, mais elle facilite la pénétration des composés aromatiques et elle se conserve mieux.

LES MARINADES INSTANTANÉES

Elles s'appliquent aux petites pièces. Exemples :

Viandes grillées	- côtelettes d'agneau, brochettes diverses, noisettes	- huile, thym et laurier pulvérisés, herbes de Provence
	- blanc de volaille, escalopes, piccata	- huile, jus de citron, herbes, épices (curry, paprika, safran, Colombo, etc.)
Petites pièces de gibier sautées	- noisettes, côtelettes, filet mignon de chevreuil, râbles et filets de lièvre	- huile d'olive, jus de citron, Cognac ou vin blanc, échalotes ciselées, thym, laurier, romarin et baies de genévrier pulvérisés
Abats blancs de veau ou d'agneau	- cervelles, amourettes, morceaux de pied et de fraise de veau	- huile, jus de citron, sel, poivre, herbes fraîches hachées
Charcuteries	- farces pour terrines, pâtés, galantines, ballottines	- Cognac, Madère, Porto, jus de truffe, sel épicé ou nitrité, quatre épices
Poissons grillés	- soles, turbotins, tronçons de turbot, darnes de saumon...	- huile, tranches de citron pelées à vif, thym et laurier pulvérisés
Crustacés grillés	- queues de langoustines, gambas, scampis...	- idem + herbes fraîches hachées
Poissons crus	- fines tranches ou filets de saumon, de daurade, de bar, de Saint-Pierre...	- sel, sucre, huile d'olive, aneth, badiane, jus de citron **ou** - lait de coco, jus de citron vert ou jus de lime...
Poissons cuits	- maquereaux, harengs	- vin blanc, vinaigre, aromates...
Légumes	- achards, variantes, piments	- dégorger au sel durant 24 heures - huile, vinaigre, petits oignons, échalotes, ail, piment, poivre en grains

TECHNIQUE

- Ranger les éléments dans une plaque en acier inoxydable de grandeur appropriée.
- Arroser légèrement d'huile et de jus de citron si nécessaire.
- Ajouter la garniture aromatique, les aromates ou les condiments.
- Laisser mariner quelques heures pour les terrines et les pâtés, les grosses pièces de gibier (râble de lièvre, selle de chevreuil), les légumes et les poissons cuits, quelques minutes pour les petites pièces taillées finement, les beignets et fritots, et les poissons portions.

Pour déterminer le temps de mise en marinade, il faut tenir compte :

- du but recherché,
- de la nature, de l'âge et des conditions de capture de l'animal,
- de l'origine anatomique des morceaux,
- du poids et du volume des pièces concernées,
- de la température appliquée.

LES COURTS-BOUILLONS ET NAGES

Les courts-bouillons sont des préparations liquides, aromatiques, parfumées et acidulées, qui sont utilisées pour pocher les poissons entiers ou leurs tronçons, et parfois certains gros crustacés. Ces préparations sont sans aucune valeur culinaire, les courts-bouillons ne sont donc pas récupérés après utilisation.

Les nages sont des préparations identiques dont la présentation a été améliorée. Les carottes sont cannelées et finement émincées, les oignons sont choisis de petit diamètre et détaillés en bracelets (anneaux très réguliers). Outre le vin, les nages peuvent aussi renfermer une quantité variable de fumet de poisson. Elles sont présentées et parfois même servies au client après avoir subi une réduction et un montage au beurre.

La garniture aromatique des courts-bouillons et des nages est semblable : des carottes, des oignons, parfois des échalotes, un bouquet garni, du sel et du poivre en grains. En revanche, l'élément acide (vinaigre, vin blanc ou rouge, citron) varie selon le poisson traité. L'acidité favorise la coagulation rapide de la chair du poisson (pauvre en collagène et en tissus conjonctifs).

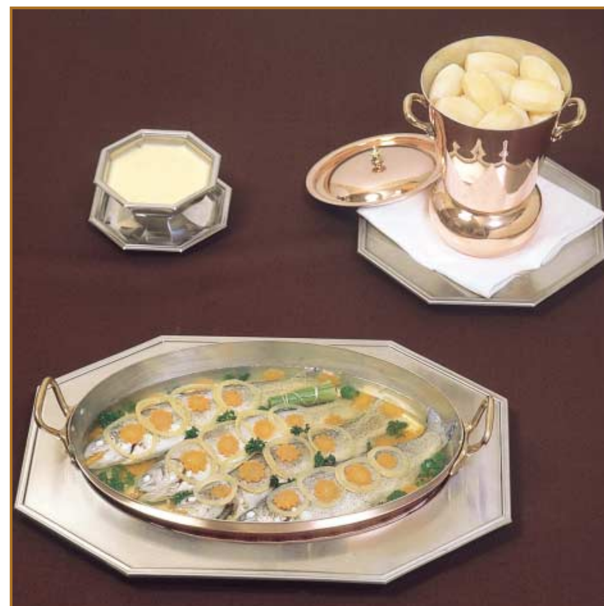
Les poissons à chair très blanche (tronçons de turbot, turbotins,...) et les poissons légèrement salés et fumés (haddock) sont généralement pochés dans un mélange d'eau et de lait citronné.

Certains poissons, détaillés en darnes ou en escalopes épaisses, sont simplement pochés dans de l'eau salée et citronnée (darnes et filets de colin ou de cabillaud, ailerons de raie, par exemple).



REMARQUE

Les poissons pochés au court-bouillon et destinés à être servis froids (en gelée, en chaud-froid, en bellevue) doivent impérativement refroidir dans le court-bouillon (avec un matériel adapté). Dans ce cas, diminuer la durée de cuisson de quelques minutes.



Truites pochées au court-bouillon, beurre blanc



Truites au bleu, beurre de nage

LE COURT-BOUILLON POUR GROSSES PIÈCES DE POISSON (BROCHETS, TRONÇONS DE COLIN, TRUITES, SAUMONS)

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 l de COURT-BOUILLON	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,125		
- oignons	kg	0,125		
- persil		PM		
- thym		PM		
- laurier		PM		
(bouquet garni)				
Mouillement				
- eau	l	1		
- vinaigre	l	0,05		
ou				
- vin blanc	l	0,10		
Assaisonnement				
- sel gros		PM		
- poivre en grains		PM		
Durée moyenne de préparation			10 à 15 min	
Durée moyenne de cuisson			20 à 25 min	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Eplucher, laver et tailler les légumes

- Eplucher, laver et émincer finement les carottes à l'aide d'une mandoline.
- Eplucher, laver et émincer finement les oignons.
- Confectionner le bouquet garni, riche en queues de persil.

3) Marquer le court-bouillon en cuisson

- Réunir dans une russe de grandeur appropriée les carottes émincées, l'eau, le vinaigre ou le vin blanc, et le bouquet garni.
- Saler au gros sel (12 à 15 g par litre).
- Porter à ébullition et écumer soigneusement.
- Laisser cuire durant une quinzaine de minutes.
- Ajouter les oignons émincés, et laisser cuire à nouveau durant quelques minutes.
- Ajouter le poivre en grains et le laisser infuser quelques minutes en retirant le court-bouillon du feu.

4) Débarrasser et refroidir rapidement le court-bouillon

- Il doit être impérativement utilisé froid.

REMARQUE

Le vinaigre est déconseillé pour le pochage des saumons et des truites saumonées : il décolore la chair.

LA NAGE POUR POISSONS «TRAITÉS» AU BLEU ET POUR ÉCREVISSES (TRUITES, CARPES, BROCHETONS, SAUMONS DE FONTAINE)

BON D'ÉCONOMAT



DENRÉES pour 1 l de NAGE	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,125		
- oignons (moyens)	kg	0,125		
- échalotes (facultatif)	kg	0,050		
- persil		PM		
- thym		PM		
- laurier		PM		
(bouquet garni)				
Mouillement				
- eau	l	1		
- vinaigre	l	0,08		
ou				
Pour les écrevisses				
- eau	l	0,50		
- vin blanc	l	0,10		
- fumet de poisson	l	0,40		
Assaisonnement				
- sel gros	kg	PM		
- poivre en grains	kg	PM		
Durée moyenne de préparation			15 à 20 min	
Durée moyenne de préparation			20 à 25 min	

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Eplucher, laver et tailler les légumes

- Eplucher, laver, canneler et émincer finement les carottes à l'aide d'une mandoline.
- Eplucher, laver, et tailler régulièrement les oignons en «bracelets» (anneaux).
- Confectionner le bouquet garni, riche en queues de persil.

3) Marquer la nage en cuisson

- Dans une russe de grandeur appropriée, réunir les carottes cannelées, l'eau, le vinaigre et le bouquet garni.

  Pour pocher des écrevisses, réunir les ingrédients suivants : les carottes cannelées, l'eau, le vin blanc, le fumet de poisson et le bouquet garni.
- Saler au gros sel (12 à 15 g par litre).
- Porter à ébullition et écumer soigneusement.
- Laisser cuire la nage à faible ébullition durant une quinzaine de minutes.
- Ajouter les oignons en bracelets et laisser cuire à nouveau durant quelques minutes.
- Ajouter le poivre en grains et le laisser infuser en retirant la russe du feu.
- La nage doit être versée bouillante sur les poissons.

REMARQUE

Lors de la réalisation d'une nage destinée à pocher des poissons «au bleu», il est d'usage de ne pas ajouter de vinaigre. Celui-ci est versé sur les poissons et ajouté de ce fait dans la nage, lors de leur cuisson.

La nage destinée à pocher les écrevisses doit être courte et parfumée : elle est réduite et légèrement montée au beurre au moment du service.

CUISSON PARTICULIÈRE (TURBOT, BARBUE ET HADDOCK)

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 l de CUISSON	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- eau	l	0,90		
- lait	l	0,10		
- citron (1 tranche)	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel gros	kg	PM		
Durée moyenne de préparation			3 à 5 min	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer, contrôler les denrées.

2) Mettre le lait à bouillir

3) Peler le citron à vif (voir page 143)

- Le découper en tranches régulières.

4) Couvrir le poisson d'eau froide

- Ajouter le lait, le gros sel et les tranches de citron pelé à vif.

REMARQUE

En présence de l'acidité du citron, le lait peut «tourner» (coaguler). Dans ce cas, il est nécessaire de bien égoutter le poisson poché et de le nettoyer à l'aide d'un pinceau.

LES BEURRES COMPOSÉS

Les beurres composés sont des préparations culinaires à base de beurre, d'éléments aromatiques et colorants, crus ou cuits, et d'assaisonnements divers. Ils sont destinés :

- **à accompagner les viandes et les poissons grillés,**
- **à donner une saveur caractéristique, de la couleur et de la brillance à certaines préparations (sauces, potages, par exemple),**
- **à garnir les canapés et les toasts lors de la préparation des cocktails,**
- **à décorer certaines préparations froides (charcuteries, par exemple).**

Lorsque les beurres composés accompagnent les viandes et les poissons grillés, ils sont généralement servis «en pommade», à part et en saucière. Dans le cas d'un service simplifié, ils peuvent être roulés, puis rafraîchis et servis en rondelles disposées directement sur la pièce à accompagner.

CLASSIFICATION DES BEURRES COMPOSÉS

On distingue :

- **les beurres composés réalisés à froid, à partir d'ingrédients crus,**
- **les beurres composés réalisés à froid, à partir d'ingrédients cuits,**
- **les beurres composés réalisés à chaud, puis refroidis.**



PRÉCAUTIONS

Le beurre a la propriété de fixer les odeurs et de rancir facilement : il est donc nécessaire d'utiliser des produits d'une grande qualité et d'une grande fraîcheur, de réaliser les beurres composés au moment de leur utilisation, de les protéger en les enveloppant soigneusement avec du papier d'aluminium ou un film en plastique alimentaire, et de les conserver au froid (+ 3 °C).

EXEMPLE DE BEURRES COMPOSÉS ET UTILISATIONS

BEURRES COMPOSÉS RÉALISÉS À FROID, À BASE D'INGRÉDIENTS CRUS			
Appellations	**Composition**	**Techniques**	**Utilisations**
Beurre Maître d'hôtel	Beurre, jus de citron, persil fraîchement haché et essoré, sel, poivre du moulin	Mélanger tous les ingrédients avec le beurre en pommade	- Viandes et poissons grillés
Beurre d'escargots	Beurre, persil fraîchement haché, échalotes finement ciselées, ail haché, sel, poivre du moulin (peut comporter éventuellement un peu de mie de pain ou de poudre d'amandes)	Mélanger tous les ingrédients avec le beurre en pommade	- Escargots, praires, moules, palourdes farcies, etc.
Beurre d'anchois	Beurre, filet d'anchois à l'huile égoutté ou «anchovy sauce», sel, poivre du moulin	Mixer le beurre et les filets d'anchois. Passer au tamis si nécessaire	- Poissons grillés, canapés, allumettes et feuilletés aux anchois, etc.
Beurre de poisson fumé (saumon, truite, esturgeon, etc.)	Beurre, poisson fumé, poivre du moulin (peut comporter de l'aneth, du raifort et de la crème)	Mixer le beurre et le poisson fumé. Passer au tamis si nécessaire	- Canapés, pains «surprise» etc.
Beurre de fromage (bleus, fromages frais)	Beurre, fromage selon l'appellation (peut comporter des ingrédients complémentaires : noix, noisettes, ciboulette ciselée, crème, paprika)	Mixer le beurre et le fromage. Ajouter les éléments complémentaires s'il y a lieu	- Canapés, pains «surprise» etc.

BEURRES COMPOSÉS RÉALISÉS À FROID, À PARTIR D'INGRÉDIENTS CUITS

Appellations	Composition	Techniques	Utilisations
Beurre de crevettes Beurre d'écrevisses Beurre de homard etc.	Beurre : - crevettes grises décortiquées - écrevisses décortiquées - chair, parties crémeuses, corail de homard, sel, piment de Cayenne	Mixer finement la chair des crustacés avec le beurre. Passer au tamis	- Canapés aux crevettes - Canapés aux écrevisses - Canapés au homard
Beurre de paprika	Beurre, oignons, vin blanc, paprika, sel, poivre du moulin	Faire suer les oignons finement ciselés au beurre. Ajouter le paprika, déglacer au vin blanc, réduire, mixer avec le beurre. Passer au tamis	- Finition de la sauce hongroise (poulet sauté, poularde pochée) - Côtes de veau au paprika - Canapés, etc.
Beurre Colbert	Beurre Maître d'hôtel, glace de viande, estragon à la place du persil	Mélanger tous les ingrédients avec du beurre en pommade	- Viandes ou volailles grillées
Beurre marseillais	Beurre Maître d'hôtel, fondue de tomates réduite, pointe d'ail (peut comporter selon l'utilisation du fenouil ou de l'anis)	Mélanger tous les éléments avec le beurre en pommade (la fondue de tomates peut être mixée ou tamisée)	- Poissons grillés (loups, rougets)
Beurre Bercy	Beurre, échalotes ciselées, vin blanc, persil haché, dés de moelle (dégorgée, pochée, soigneusement épongée), sel, poivre du moulin	Réduire le vin blanc avec l'échalote ciselée, refroidir, mélanger avec le beurre en pommade, le persil et les dés de moelle	- Viandes et poissons grillés
Beurre hôtelier	Beurre Maître d'hôtel, Duxelles sèche	Mélanger la Duxelles sèche au beurre Maître d'hôtel en pommade	- Poissons grillés ou poissons panés et sautés
Beurre marchand de vins	Beurre, échalotes ciselées, vin rouge, thym, laurier, mignonnette, glace de viande, citron, persil haché, sel (peut comporter des dés de moelle dégorgée et pochée)	Réduire le vin rouge avec l'échalote ciselée, le thym, le laurier et la mignonnette. Ajouter la glace de viande. Refroidir, puis mélanger avec le beurre en pommade, le jus de citron et le persil haché. Saler	- Viandes de bœuf grillées (entrecôtes, pavés, côtes à l'os, par exemple)
Beurre colorant vert	Beurre, extrait de chlorophylle, sel, poivre	Mélanger le beurre en pommade à l'extrait de chlorophylle, assaisonner	- Sert principalement à colorer les sauces vin blanc ou les veloutés divers - Elément de décor des buffets froids

BEURRES COMPOSÉS RÉALISÉS À CHAUD

Appellations	Composition	Techniques	Utilisations
Beurre rouge ou beurre de crustacés (homard, écrevisses)	Beurre, carapaces, parties «crémeuses» et œufs de crustacés	Piler ou broyer les carapaces avec le beurre. Faire fondre doucement au bain-marie et à couvert. Passer à l'étamine sur un récipient contenant de l'eau glacée. Recueillir le beurre figé à la surface de l'eau. Faire refondre, clarifier (décanter)	- Finition des sauces et des potages à base de crustacés, exemples : sauce Cardinal, sauce homard, sauce Nantua, sauce Amiral, sauce Victoria

PANER À L'ANGLAISE

«Paner à l'anglaise» consiste à enrober un aliment (escalope, filet de poisson, pommes croquettes,...) de mie de pain fraîche et tamisée, après avoir passé l'aliment dans une «anglaise» (mélange d'œufs entiers, d'huile, de sel et de poivre). L'aliment peut ensuite être soit sauté, soit frit.

Il est également courant de paner au beurre (poissons grillés Saint-Germain) et de paner à la moutarde (poulet grillé à l'américaine).



- Si nécessaire, parer les escalopes.
- Régulariser l'épaisseur à l'aide d'une batte à côtelette. Placer les escalopes entre deux feuilles de plastique alimentaire humidifiées, puis les aplatir régulièrement.

PANER DES ESCALOPES



- Oter la croûte du pain de mie, le découper en gros cubes, le mixer, puis le passer au tamis.
- Débarrasser la mie de pain dans une plaque.



- Préparer l'anglaise : casser les œufs dans une calotte, ajouter l'huile (éventuellement un peu d'eau), le sel, le poivre. Bien mélanger l'ensemble.
- Verser ensuite l'anglaise dans une plaque à débarrasser.



Réaliser la mise en place :

- Disposer méthodiquement les plaques : en premier la farine, puis l'anglaise, et enfin la mie de pain.
- Placer côte à côte une planche à découper pour quadriller les escalopes et une plaque recouverte d'un papier sulfurisé pour les débarrasser.



- Passer successivement les escalopes dans la farine, puis les tapoter légèrement pour en ôter l'excédent (les escalopes sont panées une par une).



- Tremper complètement les escalopes dans l'anglaise, les retourner en veillant à ce qu'elles soient bien recouvertes d'anglaise.
- Les égoutter soigneusement.



- Les disposer une à une dans la plaque contenant la mie de pain, bien les recouvrir, et appuyer légèrement sur les escalopes pour bien faire adhérer la mie de pain.
- Les secouer délicatement afin d'éliminer l'excédent.
- Passer fréquemment la mie de pain au tamis, et en rajouter dès que nécessaire.



- Disposer les escalopes sur la planche à découper, les aplatir délicatement et les reformer avec le plat d'un gros couteau.



- Quadriller les escalopes sur une seule face avec le dos d'un gros couteau.
- La face quadrillée de l'escalope doit être placée en premier dans le récipient de cuisson.
- Réserver immédiatement les escalopes en enceinte réfrigérée.

DÉTAILLER DU PAIN DE MIE

CROÛTONS OU CANAPÉS POUR FARCIR

Utiliser de préférence du pain de mie rassis.



• Parer le pain de mie à l'aide d'un couteau-scie.
• Oter la croûte.



• Détailler des parallélépipèdes rectangles d'environ 12 cm x 8 cm, sur 2 à 3 cm de hauteur, à l'aide d'un grand couteau à filets de sole.



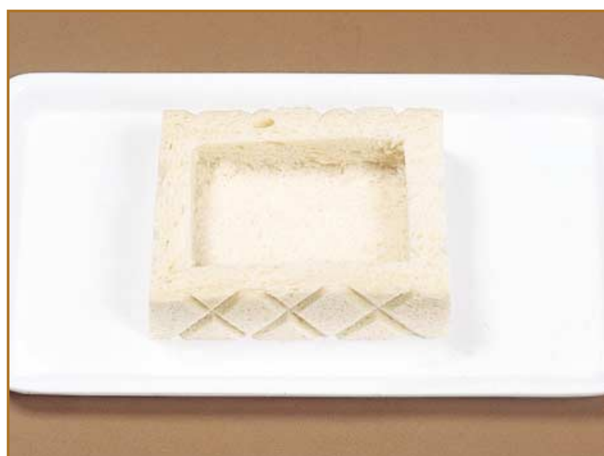
• Historier les côtés en pratiquant quelques incisions peu profondes.



• Inciser le canapé à 1 cm/1,5 cm des bords, en évitant de le traverser.



• Evider l'intérieur du canapé en glissant la lame du couteau à filets de sole sur le côté.
• Découper le pain de mie à droite et à gauche de l'incision et le soulever délicatement.
• L'intérieur du canapé doit se dégager en une seule fois.



• Résultat.
• Frire le canapé dans du beurre clarifié ou dans un mélange d'huile et de beurre.
• L'égoutter soigneusement sur du papier absorbant.

CROÛTONS EN FORME DE CŒUR

Utiliser de préférence du pain de mie rassis.



- Parer le pain de mie et ôter la croûte à l'aide d'un couteau-scie.
- Partager le tronçon de pain de mie en deux dans le sens de la diagonale.



- Poser le triangle ainsi obtenu bien à plat.
- L'arrondir soigneusement à l'aide d'un grand couteau à filets de sole.



- Retourner le triangle et l'arrondir de l'autre côté pour lui donner la forme d'un cœur.



- Evider légèrement le centre du triangle afin de se rapprocher le plus près possible de la forme d'un cœur.



- Détailler le pain de mie en tranches régulières de 6 à 8 mm d'épaisseur.



- Résultat.
- Frire les cœurs en pain de mie dans du beurre clarifié ou dans un mélange d'huile et de beurre.
- Les égoutter soigneusement sur du papier absorbant.

REMARQUE

Les croûtons en forme de cœur peuvent être lustrés au beurre et colorés sous la salamandre.

PLIER UNE SERVIETTE

RÉALISER DES GONDOLES



Pour réaliser des gondoles, il faut utiliser des serviettes carrées ou rectangulaires, non déformées et bien amidonnées.



- Sur un plan de travail très propre, disposer la serviette bien à plat, l'envers situé sur le dessus.
- Recouvrir la serviette avec une ou deux feuilles de papier aluminium.



- Former un triangle en ramenant les angles extérieurs de la serviette vers soi.



- Recommencer l'opération encore une fois, et faire très attention de ne pas recourber la pointe du triangle.



- Refermer le triangle en pliant la serviette en deux. Plier de telle sorte que les bords du triangle se joignent parfaitement.



- Arrondir la pointe du triangle en formant des petits plis très réguliers.
- Au début du plissage, former soigneusement les plis un par un.



- Continuer à plisser la serviette très régulièrement, sur les deux tiers de sa longueur.
- Afin de maintenir un plissage parfait, écraser les plis à l'aide d'une sauteuse, d'un fer à repasser ou d'un plat fortement chauffé.

PLIER UNE SERVIETTE POUR DESSOUS DE LÉGUMIERS ET SALADIERS

Pour ce pliage, utiliser des serviettes parfaitement carrées et bien amidonnées.



- Sur un plan de travail très propre, disposer une serviette bien à plat, l'envers situé sur le dessus (pour assurer une meilleure tenue, la serviette peut être recouverte d'une feuille de papier aluminium).
- Amener les quatre coins vers le centre des la serviette.



- Recommencer le même pliage, toujours en ramenant les quatre coins du carré vers le centre de la serviette.



- Retourner délicatement la serviette et ramener à nouveau les quatre coins vers le centre.



- Maintenir la serviette bien à plat et, en la soulevant légèrement, ramener sur le dessus les coins du carré situés dessous.
- Egaliser si nécessaire et maintenir à l'aide d'un légumier ou d'un saladier.

RÉALISER DES FLEURS EN LÉGUMES

Source : Décors et présentations - Editions BPI

FLEURS EN RADIS LONGS ET RONDS



- Inciser les radis longs avec la pointe d'un couteau d'office.
- Partir de la racine et dégager les pétales un par un.
- Plonger les radis dans de l'eau glacée pour qu'ils puissent bien s'épanouir.



Autre technique
- Pratiquer des incisions régulières d'1 mm d'épaisseur sur un radis rond, et s'arrêter à quelques millimètres des fanes
- Donner un quart de tour au radis et recommencer les incisions comme précédemment (technique identique aux poireaux).

«ROSES» EN PEAU DE TOMATE



- Utiliser la peau de petites tomates très fermes, rouges ou orangées.
- Peler entièrement la tomate en spirale à l'aide d'un couteau d'office, en commençant par le côté opposé au pédoncule.



- Enrouler la peau en serrant bien au début, de manière à former le cœur de la rose.



- Retourner la rose et la disposer sur des branches de persil ou des feuilles réalisées à partir de poireau blanchi.

FLEURS EN CAROTTE



- Canneler les carottes à l'aide d'un canneleur, ou pratiquer de fines incisions régulières avec un couteau d'office.
- Tailler la base de la carotte en pointe, puis, à l'aide d'un couteau d'office, tourner autour de cette pointe de manière à dégager des fleurs de forme conique.
- Une petite boule de légume d'une autre couleur, levée à la cuiller à ox-tail, peut être placée au centre de façon à former le cœur de la fleur.

TRONÇON DE POIREAU EN «CHRYSANTHÈME» OU EN «DAHLIA»



- Découper des tronçons de blanc de poireau de 4 à 5 cm de longueur.
- Maintenir le talon (la base de la fleur) à l'aide d'un tour de ficelle.
- Pratiquer des incisions régulières de 2 à 3 mm d'épaisseur en s'arrêtant à 1 cm environ de la base du tronçon.
- Donner un quart de tour au tronçon, bien le maintenir et l'entailler à nouveau régulièrement, comme précédemment.
- Réserver les fleurs dans l'eau glacée avec quelques gouttes de colorant alimentaire.

SUITE

«ROSES» EN NAVET, CAROTTE, POMME DE TERRE OU BETTERAVE ROUGE



- Parer et arrondir le légume en forme de tronc de cône.
- Former les cinq premiers pétales en incisant régulièrement le tronc de cône à sa base.



- Bien dégager les pétales pour leur donner du relief : parer et ôter une petite bande de légume à l'intérieur du cône.
- Tailler et dégager à nouveau cinq autres pétales toujours disposés en quinconce.
- Exagérer progressivement les parures de manière à refermer le cœur de la rose.
- Procéder ainsi de suite jusqu'au centre de la fleur.

OIGNON EN «CHRYSANTHÈME» OU EN «DAHLIA»



- Inciser progressivement chaque couche de l'oignon en partant de la tige et en s'arrêtant à 1 cm du talon.
- Dégager délicatement les pétales un par un, ou partager régulièrement l'oignon en 8 ou 10 segments, selon sa grosseur, en s'arrêtant à 1 cm du talon.
- Plonger l'oignon dans de l'eau glacée afin qu'il s'épanouisse, et changer l'eau fréquemment pour en atténuer l'odeur.

BEURRER UNE PLAQUE À PÂTISSERIE OU UN MOULE

La présentation et l'aspect final d'un produit dépendent souvent de la qualité et de la régularité du beurrage des plaques et des moules.

Technique très simple, beurrer une plaque ou un moule demande toutefois certaines précautions :

- Les plaques et les moules doivent être en parfait état et soigneusement nettoyés. En règle générale, les plaques à pâtisserie doivent être grattées et nettoyées aussitôt leur utilisation ; les moules doivent être frottés ou essuyés avec du papier absorbant lorsqu'ils sont encore chauds et immédiatement après leur utilisation. Ne jamais les laver, ni les frotter avec du matériel métallique.
- S'assurer de leur parfait état de propreté, avant de les beurrer.
- Utiliser un pinceau propre et en parfait état.
- Selon le moule à beurrer, ramollir ou clarifier le beurre (sauf dans le cas des cercles à tarte où le beurre est utilisé ferme).

BEURRER UN MOULE OU UNE CAISSE À GÉNOISE



- S'assurer de la parfaite propreté du moule.
- L'essuyer à l'aide de papier absorbant.
- L'enduire avec une couche très mince et régulière de beurre fondu, légèrement refroidi.
- Commencer par le fond et beurrer ensuite les côtés.
- Retourner le moule beurré de manière à éviter un excédent de beurre dans les angles (risque de trous ou de boursouflures).
- Dans le cas où le beurrage est suivi d'un farinage, attendre que le beurre soit figé (voir «chemiser un moule à génoise» page suivante).

BEURRER UN MOULE À SOUFFLÉ



- S'assurer de la parfaite propreté du moule.
- Le beurrer uniformément avec du beurre ramolli en pommade très molle, à l'aide d'un pinceau.
- Dans le cas d'un chemisage au sucre (soufflé chaud à la liqueur, par exemple), ajouter le sucre avant le complet refroidissement du beurre.

BEURRER UNE PLAQUE À PÂTISSERIE

PLAQUE BEURRÉE TRÈS LÉGÈREMENT POUR COUCHER DES CHOUX, PAR EXEMPLE.



• Donner quelques petites touches de beurre fondu à l'aide d'un pinceau (6 au maximum pour une plaque de 60 cm x 40 cm).



• Répartir uniformément le beurre à l'aide d'un morceau de papier absorbant.

PLAQUE BEURRÉE PLUS COPIEUSEMENT POUR CHEMISER AVEC DE LA FARINE PAR EXEMPLE, POUR PETITS FOURS, MERINGUES, APPAREILS À BISCUITS,...



• S'assurer de la parfaite propreté de la plaque.
• La beurrer uniformément avec du beurre fondu, à l'aide d'un pinceau.
• Beurrer d'abord dans le sens de la longueur de la plaque.



• Beurrer à nouveau, dans le sens de la largeur.
• Bien croiser les passages du pinceau, de manière à obtenir un beurrage uniforme.
• Si la plaque est destinée à être farinée, attendre que le beurre soit figé.

CHEMISER UNE PLAQUE À PÂTISSERIE OU UN MOULE

Chemiser consiste à enduire ou recouvrir une plaque ou les parois intérieures d'un moule, d'un ramequin ou d'un saladier, avec une couche régulière et uniforme d'un des éléments suivants :

- beurre et farine pour les moules, les caisses et les plaques à génoises, biscuits, meringues, ...
- beurre et sucre semoule pour les moules à soufflés sucrés,
- beurre et farine pour les moules à soufflés salés,
- gelée pour les aspics,
- farces diverses dans le cas des terrines, des darioles, des petits pâtés et des mousses,
- mie de pain ou de biscuits pour les charlottes,
- feuilles de salade pour les préparations froides,
- papier sulfurisé pour les moules à cakes, terrines de légumes, de poissons, etc.

CHEMISER UN MOULE OU UNE CAISSE À GÉNOISE



- Beurrer uniformément le moule avec du beurre clarifié légèrement refroidi : commencer par le centre du moule, puis beurrer les parois.
- **Le laisser refroidir en plaçant le moule à l'envers (voir page précédente).**



- Ajouter un peu de farine dans le moule.
- Maintenir le moule par les parois extérieures ou par le fond (jamais par l'intérieur).
- Le tourner de manière à recouvrir le beurre d'une couche très fine et uniforme de farine.
- Retirer l'excédent de farine en retournant le moule sur une plaque ou sur une feuille de papier sulfurisé, et en le tapant d'un coup sec.
- Ne pas placer les doigts à l'intérieur du moule : ils risqueraient d'enlever le chemisage !

CHEMISER UN MOULE À SOUFFLÉ DESSERT



- Beurrer uniformément le moule avec du beurre ramolli (en pommade très molle) à l'aide d'un pinceau.
- Maintenir le moule par le fond ou par les parois extérieures (ne pas placer les doigts à l'intérieur).



- Verser du sucre semoule à l'intérieur du moule.
- Le répartir uniformément en tournant et en renversant le moule sur une plaque à débarrasser.

REMARQUE

Les moules à soufflés salés (au fromage, par exemple) sont beurrés selon le même principe, puis farinés.

CHEMISER UNE PLAQUE À PÂTISSERIE

Cette technique a pour but d'empêcher les préparations de coller ou de s'étaler sur la plaque (petits fours, meringues, biscuits, génoises, succès,...)



- Beurrer soigneusement la plaque à pâtisserie avec du beurre fondu.
- Croiser les passages du pinceau de manière à obtenir un beurrage régulier et uniforme.
- Attendre que le beurre soit figé.



- Fleurer copieusement la plaque (jeter en une seule fois une poignée de farine, de façon à recouvrir entièrement la plaque).
- Enlever l'excédent de farine : pencher la plaque et la taper d'un coup sec sur la table recouverte d'un papier sulfurisé.

CHEMISER UN RAMEQUIN OU UN MOULE À DARIOLE AVEC UNE FARCE MOUSSELINE



- Beurrer les moules.
- Masquer le fond et les parois intérieures du moule avec de la farce mousseline.
- Utiliser une poche munie d'une douille ronde unie de 5 à 7 mm de diamètre.
- Commencer par le fond, coucher la farce en spirale, puis masquer les parois.



- Lisser l'intérieur du chemisage avec une petite spatule trempée dans de l'eau froide.



- Garnir la cavité avec un petit ragoût, par exemple (salpicon, salmigondis, béatilles, capilotade,...)

CHEMISER UN MOULE AVEC DE LA GELÉE OU DE LA SAUCE CHAUD-FROID*



- Refroidir les moules ou les ramequins : les plonger dans de la glace pilée ou les placer durant quelques minutes dans une cellule de refroidissement rapide.



- Remplir le moule à ras-bord avec de la gelée froide mais non figée.
- Si nécessaire, replacer le moule dans de la glace ou en cellule de refroidissement rapide.



- Attendre quelques secondes jusqu'à ce que la gelée fige sur les parois du moule.
- Renverser l'excédent de gelée dans une calotte. Le fond du moule et les parois doivent être recouverts d'une couche uniforme de gelée d'environ 3 à 4 mm d'épaisseur.

** La sauce chaud-froid est réalisée à partir d'un velouté réduit, crémé et additionné de gelée.*

CHEMISER UN CERCLE À ENTREMETS



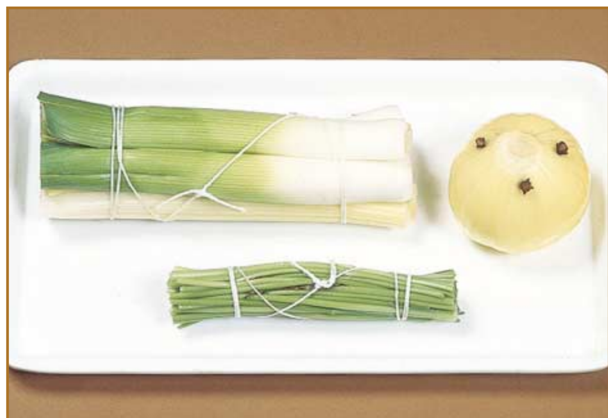
- Tailler des bandes de biscuits (voir page 521) ayant la hauteur du cercle.
- Calculer la longueur de la circonférence du cercle afin de n'avoir qu'une seule jointure.
- Imbiber ou puncher le biscuit.

CHEMISER UN SALADIER AVEC DES FEUILLES DE LAITUE



- Choisir de belles feuilles de laitue, les garder entières et en éliminer la base de la grosse nervure.
- Tapisser l'intérieur du saladier avec les feuilles de laitue, en les disposant de manière à ce que l'envers des feuilles soit appliqué contre les parois du légumier.

LES GARNITURES AROMATIQUES



RÉALISER UN BOUQUET GARNI

Le bouquet garni est la base aromatique des fonds bruns, des fonds blancs, des fumets, des sauces, des viandes, des abats, des volailles pochées, de la cuisson des légumes secs, etc.

Il est composé de tiges de persil, de thym et de laurier. Selon son utilisation (fonds blancs de volaille, de veau, poularde pochée, blanquette de veau, etc.), le bouquet garni peut comporter, outre les éléments de base, du blanc de poireau et du céleri en branches. Pour les préparations plus spécifiques, il renferme plus rarement du romarin (gibelotte de lapereau) ou de la sarriette (cuisson des légumes secs).

Le rôle de ces aromates étant de parfumer, des produits de mauvaise qualité ou de fraîcheur insuffisante donnent un très mauvais résultat !

PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

- Trier et laver soigneusement les tiges de persil, les branches de céleri et les feuilles de poireau.

  Ne pas utiliser les tiges de persil ayant séjourné dans de l'eau ou trop longtemps entassées en chambre froide (risque de fermentation et dégagement de mauvaises odeurs).
- Choisir une excellente variété de thym (très odoriférante), le trier, le laver soigneusement, le sécher doucement et le réserver à l'abri de la poussière.
- Laver, sécher et effeuiller le laurier, le réserver également à l'abri de la poussière.



- Disposer une brindille de thym et une petite feuille de laurier entre les tiges de persil (la quantité des éléments est proportionnelle à la quantité de préparation à aromatiser).



- Ficeler le bouquet. Le maintenir solidement avec deux ou trois tours de ficelle en haut et en bas du bouquet, puis nouer au milieu (cette technique évite au bouquet de s'ouvrir durant la cuisson).



- Parer légèrement les deux extrémités

REMARQUE

Certains professionnels conservent une trentaine de centimètres de ficelle afin d'attacher le bouquet garni à l'anse du récipient dans lequel il est ajouté. Cette technique permet de le retirer plus facilement lorsqu'il a suffisamment donné de goût.

RÉALISER UN BOUQUET GARNI POUR FOND BLANC



- Réunir la moitié des blancs de poireau, de céleri et des tiges de persil.
- Placer le thym et le laurier en quantité proportionnelle au fond à aromatiser.
- Recouvrir avec le reste des tiges de persil, des blancs de poireau et de céleri.



- Ficeler comme précédemment, en serrant bien les extré-mités et nouer au milieu.



- Parer légèrement les deux extrémités.

CLOUTER UN OIGNON

L'oignon clouté ou piqué est l'un des compléments de la garniture aromatique des fonds blancs, des marmites, de la cuisson des légumes secs, des volailles, des viandes et des abats pochés.

Le nombre de clous de girofle est fonction du volume de liquide à parfumer, un seul clou de girofle de bonne qualité suffit pour 6 portions.



- Piquer l'oignon le plus près possible de son talon.

REMARQUE

Le clou de girofle placé du côté opposé au talon (côté tige) risque de se défaire lors de la cuisson.

RÉALISER UNE MATIGNON



Composition :
- rouge de carotte ....1,000 kg
- oignons ....1,000 kg
- céleri en branches ....0,400 kg
- jambon cru...0,800 kg
- bouquet garni ordinaire (tiges de persil, thym et laurier ou tiges de persil émincées, brindille de thym et feuilles de laurier)..............................1
- beurre...0,100 kg
- vin blanc ou Madère selon l'utilisation.......................0,20 l

TECHNIQUE

- Tailler les légumes en fine paysanne.
- Les étuver au beurre dans une grande sauteuse (sans coloration).
- Déglacer la Matignon avec le vin blanc ou le Madère.
- Réduire presque à sec.

UTILISATIONS

- *Fond de braisage à blanc (ris de veau, laitues...).*
- *Selle d'agneau, selle de veau, filet de veau, poularde en Matignon.*

RÉALISER UNE MIREPOIX



Composition :
- rouge de carotte ....1,000 kg
- oignons ....1,000 kg
- lard maigre de préférence.......................................0,800 kg
- bouquet garni...1
- beurre...0,100 kg

TECHNIQUE

- Tailler les légumes en dés plus ou moins gros, suivant la durée de cuisson de la préparation à laquelle la Mirepoix est ajoutée.
- Tailler le lard en dés et le blanchir.
- Faire revenir la Mirepoix au beurre ou l'ajouter directement à l'élément à aromatiser.

Il est courant d'utiliser le terme «Mirepoix» pour désigner une garniture aromatique composée uniquement de carottes et d'oignons taillés en dés.

L'expression «tailler en Mirepoix» signifie tailler des carottes et des oignons en dés.

UTILISATIONS

- *Fonds de sauces et sauces.*
- *Cuisson des légumes secs pour purées et potages.*

REMARQUE

La Mirepoix bordelaise comporte les mêmes éléments aromatiques ; elle est taillée régulièrement en très fine brunoise, les tiges de persil sont émincées, les feuilles de laurier et les brindilles de thym sont broyées.

La Mirepoix bordelaise est toujours revenue au beurre et à l'avance. Elle est principalement utilisée pour aromatiser les écrevisses et les homards «à la bordelaise». En principe, la sauce n'est pas passée au chinois, d'où la nécessité de tailler les légumes avec beaucoup de soin.

LES CUISSONS











LES CUISSONS

Cuire un aliment, c'est l'exposer à la chaleur directe ou indirecte ou à des radiations capables de le chauffer afin de le modifier ou de le transformer sur le plan :

- physico-chimique (organoleptique)
- microbiologique

Principales modifications

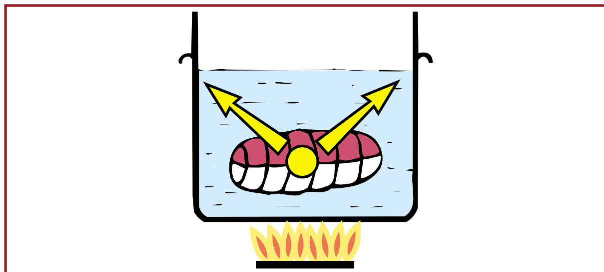
- Selon la technique retenue (pocher, rôtir...), la durée d'exposition à la chaleur (cuissons rapides, cuissons longues) et la température atteinte au cœur de l'aliment, la cuisson modifie différentes caractéristiques :
  - **la couleur, l'odeur, la saveur, le volume et la texture des aliments**
    Les aliments deviennent plus appétissants, plus savoureux et développent de nouvelles saveurs.
  - **la digestibilité de l'aliment**
    La simplification moléculaire rend les aliments plus digestes.
  - **la valeur nutritionnelle**
    La chaleur, le trempage et la cuisson dans un liquide favorisent la migration, la transformation ou la destruction de certaines vitamines (notamment hydrosolubles) et de certains minéraux.
- La cuisson est même indispensable pour rendre certains aliments comestibles (féculents : riz, pâtes, pommes de terre...).
- La cuisson suffisante apporte aux aliments une garantie sanitaire en détruisant les micro-organismes indésirables et les microbes pathogènes. La cuisson suffisante favorise la conservation des aliments.

Les 3 types de cuisson

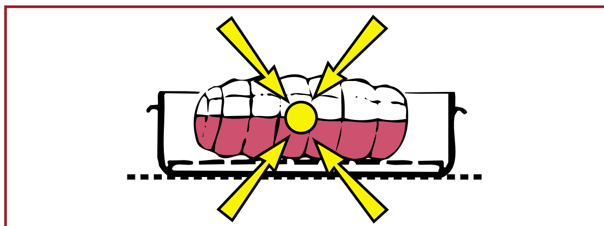
La cuisson facilite le déplacement de certains composés chimiques :

- soit de l'intérieur de l'aliment vers l'extérieur.
- soit de l'extérieur vers l'intérieur de l'aliment.

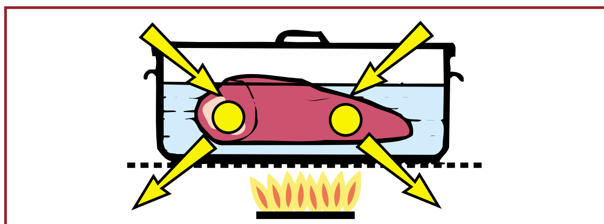
Ces phénomènes permettent de classer les cuissons en trois catégories principales :



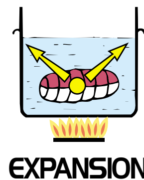
- **LES CUISSONS PAR EXPANSION** : pocher départ liquide froid...



- **LES CUISSONS PAR CONCENTRATION** : rôtir, griller, sauter, frire...



- **LES CUISSONS MIXTES** : cuire en ragoût, braiser.



EXPANSION

POCHER DÉPART LIQUIDE FROID

DÉFINITION

C'est cuire à court-mouillement ou par immersion dans un liquide froid au départ (eau, fond, fumet...).

Provoquer un échange de saveurs entre l'aliment traité, le liquide et la garniture aromatique.

Le liquide s'enrichit ainsi en substances nutritives et aromatiques ; il est généralement utilisé pour réaliser la sauce d'accompagnement. (Par exemple, la cuisson de la blanquette est utilisée pour la réalisation de la sauce).

RÉALISER UNE BLANQUETTE

(VEAU, VOLAILLE, AGNEAU)





- Parer et détailler la viande en morceaux d'environ 50 g.



• **Blanchir les morceaux**
  - Recouvrir d'eau froide.
  - Porter à ébullition.
  - Blanchir durant quelques minutes.
  - Écumer soigneusement.



• Rafraîchir les morceaux.
• Les rincer soigneusement.
• Nettoyer le récipient.



• **Préparer la garniture aromatique** (carottes en tronçons, oignons cloutés, bouquet garni avec blancs de poireaux et céleri en branche).



• **Marquer la blanquette en cuisson**
  - Remettre la viande dans le récipient.
  - Mouiller avec du fond blanc ou de l'eau froide.
  - Porter à ébullition.
  - Écumer soigneusement.
  - Ajouter la garniture aromatique.
  - Saler au gros sel.
  - Cuire lentement à couvert durant 40 à 50 minutes.



• Réaliser la petite garniture d'appellation.
Exemple :
- Cuire les champignons à blanc (voir page 390).
- Glacer les petits oignons à blanc (voir page 395).



• Réaliser le roux blanc et le laisser refroidir (environ 100 à 120 g de roux pour un litre de fond blanc, soit 50 à 60 g de beurre et 50 à 60 g de farine).

SUITE



- **Décanter la viande**
  - S'assurer de sa cuisson puis la décanter à l'aide d'une écumoire et d'une fourchette.
  - Passer la cuisson au chinois étamine.



- **Réaliser le velouté**
  - Mesurer le fond et le verser progressivement sur le roux froid.
  - Ajouter un peu de la cuisson des champignons.
  - Porter à ébullition.
  - Laisser cuire très lentement le velouté en le remuant de temps en temps à l'aide d'un petit fouet ou d'une spatule à réduction.



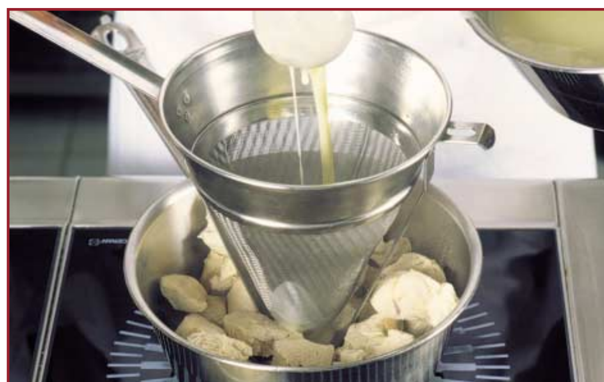
- **Préparer la liaison** (voir pages 282 à 285). Jaunes d'œufs et crème.



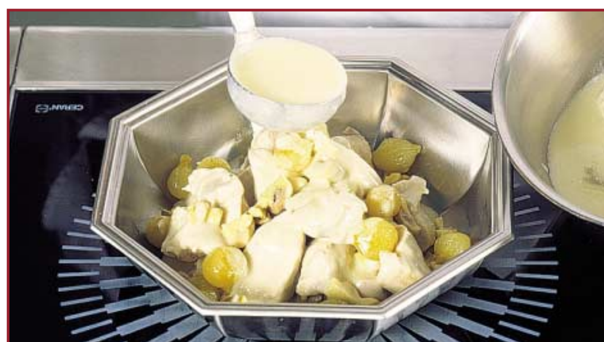
- **Terminer la sauce de la blanquette**
  - Verser un pochon de velouté sur la liaison et remuer à l'aide d'un petit fouet.
  - Puis, hors du feu, verser progressivement la liaison détendue sur le reste du velouté.



La liaison aux jaunes d'œufs s'effectue au dernier moment, juste avant l'envoi de la blanquette.



- **Remettre à bouillir durant quelques secondes***
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Passer la sauce au chinois étamine sur les morceaux décantés et sur la garniture d'appellation.



- **Dresser la blanquette**
  - Répartir les morceaux de viande et la garniture dans un légumier.
  - Napper uniformément avec la sauce.
  - Disposer le légumier sur un sous-bol recouvert d'une feuille de papier gaufré.

REMARQUE

** Le velouté lié aux jaunes d'œufs doit être porté à ébullition juste durant quelques secondes. Plus longtemps, les jaunes coagulent et la sauce se dissocie : on dit qu'elle «tranche».*

POCHER UN POISSON AU COURT-BOUILLON

(TRUITES, BROCHET, TRONÇON DE COLIN, DE CABILLAUD, SAUMON...)



Saumon en bellevue *Photo : J.P. Lebland*

• Réaliser le court-bouillon et le refroidir rapidement (voir pages 336 à 338).

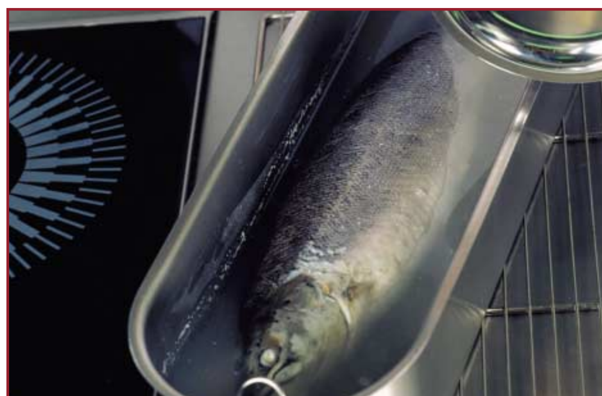
SAUMON, BROCHET, GROS TRONÇONS



• **Disposer le poisson dans la poissonnière**
- Le disposer sur la grille (selon la présentation souhaitée, placer le poisson sur le côté ou sur le ventre).
- Recouvrir entièrement avec le court-bouillon **froid**.
- Le court-bouillon peut être débarrassé de la garniture aromatique.



• **Cuire le poisson***
- Démarrer lentement la cuisson sur un feu vif.
- Monter progressivement la température à 95/98 °C, **sans jamais atteindre l'ébullition**.
- Réduire le feu et laisser pocher doucement et régulièrement.
- Écumer si nécessaire.



• Si le poisson est servi froid, le refroidir rapidement dans le court-bouillon et le réserver dans une enceinte réfrigérée. Il est dépouillé, puis lustré à la gelée ou chaud-froité.

TRUITES SERVIES DANS LE COURT-BOUILLON



• **Disposer les truites dans la plaque à poisson**
- Les disposer en diagonale, la tête en haut et à gauche de la plaque.
- Les recouvrir entièrement avec la moitié du court-bouillon froid (réserver l'autre moitié pour l'envoi).

SUITE



• **Cuire les truites**
- Démarrer lentement la cuisson sur le feu vif.
- Laisser pocher doucement **sans bouillir** durant 8 à 10 minutes.
- S'assurer de leur cuisson en pressant délicatement derrière la tête, les filets doivent se séparer facilement de l'arête.



• **Dresser les truites**
- Les disposer en diagonale dans le plat de service.
- Verser le reste du court-bouillon réservé à cet usage.
- Disposer harmonieusement la garniture aromatique sur les truites.
- Parsemer de quelques branches de persil.
- Dresser la sauce en saucière.

** Pour les durées de cuissons, se reporter aux fiches techniques de fabrication. Les poissons pochés au court-bouillon et destinés à être servis froids (en gelée, en chaud-froid ou en Bellevue) doivent impérativement refroidir dans le court-bouillon (avec un matériel adapté). Dans ce cas, diminuer la durée de cuisson de quelques minutes.*

POCHER DES DARNES OU DES FILETS DE POISSONS À «L'EAU DE SEL»

(DARNES ET FILETS DE COLIN)





• Habiller les poissons, les rincer à l'eau glacée et les éponger soigneusement.
• **Les détailler en darnes régulières de 180 ou 200 g, ou escaloper les filets en tranches de 120 à 150 g.**
(Voir pages 160 à 162).



• **Marquer les darnes ou les filets escalopés en cuisson**
- Ranger les darnes ou les filets dans un rondeau plat.
- Recouvrir d'eau froide, saler au gros sel.
- Ajouter les tranches de citrons pelés à vif.
- Placer le récipient sur le feu, monter progressivement à la température voisine de 95/98 °C **sans jamais atteindre l'ébullition***.
- Maintenir en cuisson sur le côté du feu durant 6 à 8 minutes (selon l'épaisseur de la darne ou du filet).

• Ecumer soigneusement.



• **S'assurer de la cuisson**
- L'arête centrale des darnes doit se décoller de la chair et se retirer facilement.



• Egoutter soigneusement sur du papier absorbant.
• Déficeler.



• **Dresser**
- Dresser sur un plat recouvert d'une serviette ou d'une feuille de papier gaufré.
- Disposer harmonieusement les citrons historiés et le persil en branche en petit bouquet.
- Dresser la sauce en saucière (beurre fondu, blanc, sauce hollandaise...).

* *La chair des poissons maigres pauvres en collagène risque de se désagréger (s'émietter) si la cuisson bout.*

POCHER DES POISSONS DANS UN MÉLANGE D'EAU SALÉE CITRONNÉE ET DE LAIT

(TURBOTINS, TRONÇONS DE TURBOT, HADDOCK) CUISSON À BASE D'EAU CITRONNÉE SALÉE ET DE LAIT





- Habiller, dégorger et éponger soigneusement le turbotin.
- Maintenir la tête en la bridant à l'aide d'une ficelle et d'une aiguille (voir pages 171 à 174).



- Habiller et détailler le turbot en tronçons réguliers.
- Les dégorger et les éponger soigneusement (voir pages 172 et 173).



- Disposer le turbotin ou les tronçons de turbot sur la grille de la turbotière, la face noire au-dessous.
- Recouvrir entièrement avec le mélange d'eau froide et de lait bouilli au préalable.
- Saler au gros sel et ajouter les rondelles de citron pelé à vif.



- Monter progressivement à la température de 95/98 °C **sans jamais atteindre l'ébullition**.
- Cuire lentement sur le côté du feu durant une quinzaine de minutes (selon l'épaisseur des poissons).
- Écumer si nécessaire.



- **S'assurer de la cuisson***
  - Sonder à la pression du doigt.
    Les filets doivent se décoller légèrement de l'arête.
  - Ou à l'aide d'une aiguille à brider piquée au-dessous de la tête dans la partie la plus épaisse.
    Dans ce cas, il ne doit pas y avoir de résistance.



- **Dresser**
  - Égoutter soigneusement.
  - Éliminer si nécessaire les traces de lait coagulé à l'aide d'un pinceau.
  - Dresser sur serviette.
  - Disposer les citrons historiés et un petit bouquet de persil.

** Il faut compter environ 20 minutes de cuisson à 98 °C pour un turbotin de 1,600 kg brut.*

REMARQUE

Le turbot poché se présente face blanche sur le dessus. La peau noire est retirée en salle. Elle reste parfois collée à la serviette.

POCHER DES POISSONS PORTIONS OU DES FILETS DE POISSONS À COURT-MOUILLEMENT

(TRUITES PORTION, FILETS DE SOLE, ESCALOPES DE BARBUE OU DE TURBOT...)



- **Habiller** les poissons (voir pages 165 à 169).
- Lever les filets.



- Dégorger rapidement les filets dans de l'eau glacée, et les éponger soigneusement.
- Les aplatir et les dénerver si nécessaire.



- **Préparer la plaque à poisson**
  - Beurrer à l'aide d'un pinceau.
  - Saler et poivrer.
  - Parsemer d'échalote ciselée.

SUITE



• **Plaquer les poissons ou les filets**
- Disposer les poissons en diagonale, la tête en haut et à gauche de la plaque.
- Les filets sont placés la face la plus blanche (celle qui était en contact avec l'arête) sur le dessus. Ils peuvent être plaqués allongés.
- S'ils doivent se chevaucher, les beurrer sans excès.



• Mouiller au tiers de la hauteur des filets avec le **fumet refroidi**.



• **Mouiller les poissons ou les filets**
- Verser le vin blanc (ou vin rouge ou cidre selon la recette). Ne pas verser le vin sur les filets, ils risquent de noircir.



• **Démarrer la cuisson**
- Placer la plaque sur un feu nu et porter la température du fumet à 95/98 °C sans atteindre l'ébullition.
- Recouvrir la plaque avec une feuille de papier sulfurisé beurrée.



- **Cuire au four**
  - Placer la plaque dans un four à 180/200 °C durant quelques minutes (voir fiches techniques spécifiques à chaque poisson).
- **Contrôler la cuisson**
  - Pour un poisson entier, vérifier en appuyant juste au-dessous de la tête, les filets doivent s'écarter légèrement de l'arête.



- **Dresser les filets ou les poissons portions**
  - Les égoutter soigneusement et les dresser dans le plat de service.
  - Les filets pliés peuvent se chevaucher légèrement.
  - Maintenir le plat au chaud.

RÉALISER UNE SAUCE VIN BLANC PAR RÉDUCTION





- Verser les 9/10ème de la cuisson des poissons ou des filets dans une sauteuse.
- La choisir suffisamment grande pour accélérer la vitesse de la réduction.
- Recouvrir les poissons ou les filets et les maintenir au chaud durant la réalisation de la sauce.

SUITE



- **Réduire la cuisson**
  - Réduire la cuisson rapidement sur un feu vif en évitant de faire colorer la réduction sur le pourtour de la sauteuse.
  - Utiliser une spatule à réduction ou un petit fouet.
  - La réduction doit atteindre une consistance légèrement nappante.



- **Crémer la réduction**
  - S'assurer de la consistance de la réduction à l'aide d'une cuiller à potage.
  - Ajouter la crème et poursuivre la réduction.



- **Vérifier l'onctuosité de la réduction**
  - La réduction doit recouvrir uniformément le dos d'une cuiller d'une pellicule brillante.

Lors d'un banquet, certains professionnels stabilisent leur sauce vin blanc en lui ajoutant un peu de velouté de poisson ou du beurre manié.



- **Monter la sauce au beurre hors du feu**
  - Incorporer progressivement le beurre découpé en petites parcelles.
  - L'incorporer en vannant ou en s'aidant d'un petit fouet.



- **Passes la sauce au chinois étamine***
  - Vérifier l'assaisonnement, l'acidité et l'onctuosité, rectifier si nécessaire.
  - Passer la sauce au chinois étamine.
  - La réserver à couvert au bain-marie à une température supérieure à + 63 °C.

* *Si la sauce vin blanc comporte une garniture (champignons, tomate...), elle n'est pas passée au chinois.*





- **Napper les filets ou les poissons portions**
  - Les napper uniformément avec la sauce.

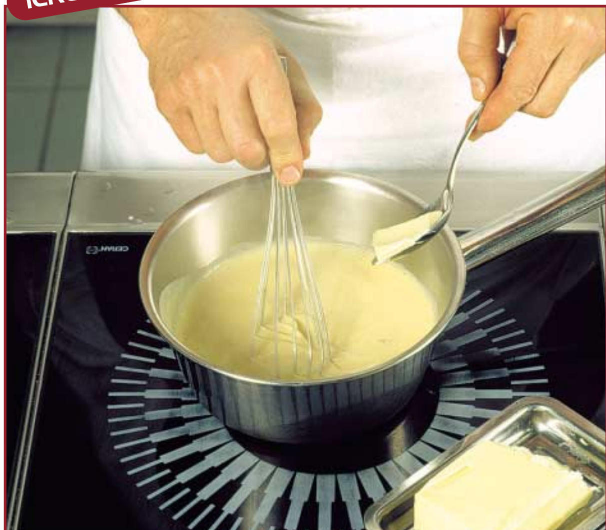
La sauce vin blanc réalisée par réduction ne doit pas bouillir (le beurre et la réduction risquent de se dissocier).

RÉALISER UNE SAUCE VIN BLANC À GLACER



Quatre méthodes principales peuvent être envisagées :

1ÈRE MÉTHODE



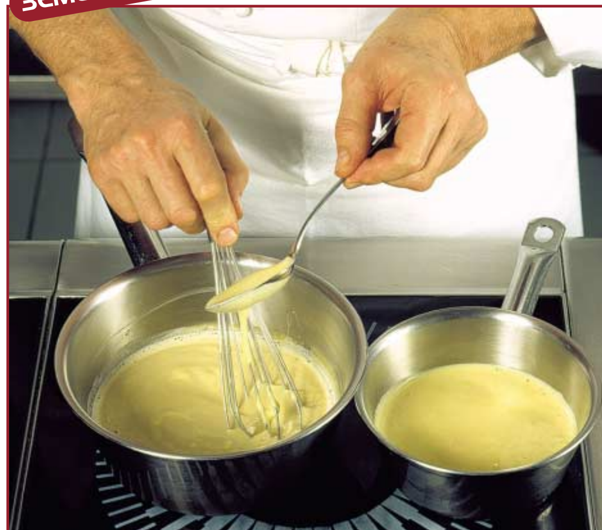
- Ajouter hors du feu, un peu plus de beurre à la sauce vin blanc (environ 0,150 kg à 0,200 kg pour 8 couverts).
  La sauce glace facilement, mais elle est très fragile et risque de se dissocier si la température dépasse 80 °C.

2ÈME MÉTHODE



- Incorporer hors du feu à la réduction montée au beurre, une petite quantité de crème fouettée. La sauce glace rapidement, elle est fragile et ne doit pas bouillir.
  Cette méthode présente l'avantage de ne pas dénaturer la saveur de la sauce.

3ÈME MÉTHODE



- Monter la réduction au beurre, puis ajouter une petite quantité de sabayon (jaunes d'œufs montés sur le feu doux à + 55 °C avec un peu d'eau).
- Passer la sauce au chinois étamine.

SUITE

4ÈME MÉTHODE

- Ajouter hors du feu à la réduction faiblement montée au beurre, une petite quantité de sauce hollandaise.
  Ces deux dernières méthodes colorent et dénaturent le goût original de la sauce mais procurent un glaçage rapide.



- **Effectuer un essai de glaçage**
  Il est prudent d'effectuer un essai de glaçage.
  - Napper superficiellement le fond d'un petit plat ou d'une assiette.
  - Glacer sous la salamandre.
  - Rectifier si nécessaire la quantité de beurre de sabayon, de sauce Hollandaise ou de crème fouettée.



- **Glacer les filets**
  - Dresser les filets.
  - Les maintenir au chaud à l'entrée d'un four.
  - Napper uniformément et glacer sous la salamandre.

CUIRE DES POMMES À L'ANGLAISE

(POMMES DE TERRE À CHAIR FERME UNIQUEMENT)



- **Eplucher, laver et tourner les pommes de terre** (voir pages 125, 132 et suivantes).



- Répartir les pommes tournées dans une russe ou dans un rondeau.
- Recouvrir entièrement avec de l'eau froide.
- Saler avec du gros sel.



- Porter à ébullition.
- Écumer soigneusement.
- Cuire à très faible ébullition durant 18 à 20 minutes environ.



- S'assurer de la cuisson à l'aide d'une aiguille ou de la pointe d'un couteau d'office. S'il y a une résistance, les pommes de terre ne sont pas cuites.



- Arrêter la cuisson en ajoutant un peu d'eau froide ou quelques glaçons.
- Réserver les pommes à l'anglaise sur le côté du fourneau à une température voisine de 80 °C.
- Dresser.
- Égoutter soigneusement les pommes à l'aide d'une écumoire.
- Dresser en légumier. Les pommes à l'anglaise se servent «nature» (sans persil haché).



REMARQUE

- ***Ne jamais rafraîchir les pommes à l'anglaise.***
- *Les cuire au dernier moment juste avant le début du service.*
- *Ne jamais servir des pommes à l'anglaise réchauffées.*
- *Elles peuvent être cuites avantageusement à la vapeur.*

UTILISATIONS

Garniture des poissons cuits à la vapeur et à court-mouillement, des ragoûts et des civets...

Dérivé :
Pommes persillées



- Beurrées et saupoudrées de persil haché les pommes de terre deviennent des **pommes persillées**.

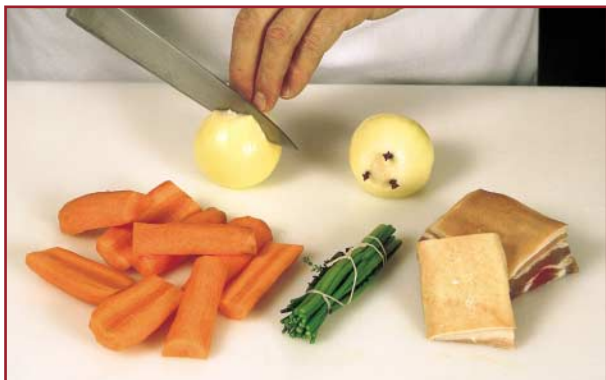
CUIRE DES LÉGUMES SECS

(HARICOTS BLANCS, FLAGEOLETS... POUR GARNITURE D'ACCOMPAGNEMENT ET SALADES COMPOSÉES)





- Laver soigneusement les légumes secs et les mettre à tremper durant 2 à 3 heures dans de l'eau froide.
- Placer le récipient en enceinte réfrigérée (risques de fermentation).



- Préparer la garniture aromatique (carottes en tronçons, oignons cloutés, bouquet garni, gousses d'ail, lard blanchi ou couennes grasses de porc ficelées et blanchies).



- **Marquer les légumes secs en cuisson**
  - Rincer à nouveau les légumes secs.
  - Les repartir dans une grande russe ou dans un rondeau haut.
  - Mouiller largement avec de l'eau froide.
  - Porter à ébullition et écumer soigneusement.
  - Ajouter la garniture aromatique (le lard ou les couennes de porc blanchies).
  - Cuire lentement, récipient semi-couvert.
  - Ecumer.
  - Rajouter de l'eau bouillante si nécessaire.
  - **Saler au gros sel au 2/3 de la cuisson.**



- **Débarrasser les légumes secs**
  - S'assurer de la cuisson des légumes secs. Goûter : ils doivent être cuits et se «tenir».
  - Egoutter.
  - Lier selon la recette (beurre, crème, fondue de tomate, jus de viande...).
  - Dresser en légumier

UTILISATIONS

Haricots blancs et flageolets accompagnent le plus souvent les préparations à base d'agneau ou de mouton.

Ils peuvent être servis froids en salade.

CUIRE DES LÉGUMES SECS

AUTRE MÉTHODE POUR POTAGES ET PURÉES

• Lentilles et pois cassés





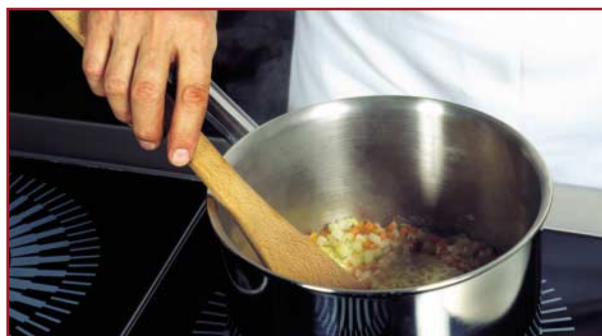
• Laver soigneusement les lentilles ou les pois cassés.
Ne pas les faire tremper.



• Les blanchir départ eau froide durant 2 à 3 minutes.
• Écumer soigneusement.
• Rafraîchir et égoutter.



• **Préparer la garniture aromatique**
  - Détailler le lard en petits lardons et les blanchir.
  - Tailler les carottes en petits dés ou en paysanne.
  - Ciseler finement les oignons.
  - Réaliser le bouquet garni et égermer l'ail.



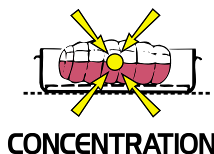
• Raidir au beurre les lardons blanchis dans une grande russe ou un rondeau.
• Ajouter le reste de la garniture aromatique et suer l'ensemble durant quelques minutes.



• Ajouter les lentilles ou les pois cassés.
• Mouiller amplement à l'eau ou au fond blanc froid.
• Ajouter le bouquet garni et l'ail.
• Cuire lentement et régulièrement le récipient semi-couvert.
• Écumer à nouveau si nécessaire.
• **Saler au 2/3 de la cuisson.**



• S'assurer de la cuisson. Les légumes secs doivent être bien cuits.
• Ôter le bouquet garni et les gousses d'ail.
• Égoutter puis lier selon l'utilisation ou réduire en purée.



CONCENTRATION

POCHER DÉPART LIQUIDE BOUILLANT

DÉFINITION

C'est cuire un aliment par immersion dans de l'eau bouillante (cuire à l'anglaise) un fond, du vin, du lait ou un sirop. Ce mode de cuisson permet de garder au maximum les éléments nutritifs à l'intérieur de l'aliment.

Les pertes en éléments sapides et nutritifs sont fonction du degré de concentration du liquide de cuisson : plus le liquide est concentré, moins les pertes sont importantes.

CUIRE DES LÉGUMES VERTS À L'ANGLAISE

(HARICOTS VERTS, PETITS POIS, BROCOLIS, CHOUX-FLEURS, CHOUX DE BRUXELLES...)

MATÉRIEL DE PRÉPARATION





• Eplucher soigneusement les légumes, les effiler ou les écosser (selon leur nature).



• Laver les légumes très soigneusement dans plusieurs eaux.
• Les retirer de la calotte à la main.



• Faire bouillir une très grande quantité d'eau salée sur un brûleur puissant.
• Plonger les légumes en une seule fois.

L'eau ne doit pas arrêter de bouillir ; dans le cas contraire, elle doit reprendre l'ébullition immédiatement.



• Sonder l'à-point de la cuisson des légumes, soit en y goûtant (haricots verts), soit en piquant le trognon avec un couteau ou une aiguille à brider (choux-fleurs).
• Les rafraîchir dans de l'eau glacée, en les retirant à l'aide d'une araignée...



• S'assurer que les légumes sont parfaitement rafraîchis, puis les égoutter soigneusement.

BLANCHIR DES ÉPINARDS



- Equeuter les épinards : replier les feuilles et tirer délicatement pour ôter l'intégralité de la nervure centrale.
- Supprimer les feuilles jaunies ou flétries.



- Laver soigneusement les épinards : les laver de nombreuses fois dans une grande quantité d'eau.
- Les retirer de la calotte à la main, et ne pas les renverser dans une passoire (à cause du sable restant éventuellement au fond de la calotte).
- Les égoutter.



- Plonger les épinards dans un rondeau contenant de l'eau bouillante, salée.
- Presser les épinards à l'aide d'une araignée pour qu'ils soient complètement immergés.

Pour obtenir des épinards bien verts, il est préférable d'utiliser une «bassine à reverdir».



- Laisser blanchir les épinards : jusqu'à la reprise de l'ébullition de l'eau si les épinards sont jeunes et tendres ou durant 1 à 2 minutes si les feuilles sont épaisses.
- Retirer les épinards à l'aide d'une araignée, et les plonger dans une calotte contenant de l'eau glacée.



Ne pas renverser le récipient de cuisson dans une passoire, les éventuels restes de sable seraient reversés sur les épinards.



- Egoutter les épinards rafraîchis dans une passoire.
- S'assurer qu'ils sont parfaitement froids (risque de fermentation).
- Les presser à la main et former des boules correspondant à une portion.

UTILISATIONS

Epinards au beurre, hachés, à la crème, subrics, flans...

REMARQUE

Les petites feuilles d'épinards jeunes et tendres peuvent être sautées directement au beurre noisette, sans blanchiment préalable.

CUIRE DU RIZ «CRÉOLE»





• Porter une grande quantité d'eau à ébullition dans une grande russe ou un rondeau (6 volumes d'eau pour 1 volume de riz).
• Saler fortement au gros sel (12 g environ par litre d'eau).



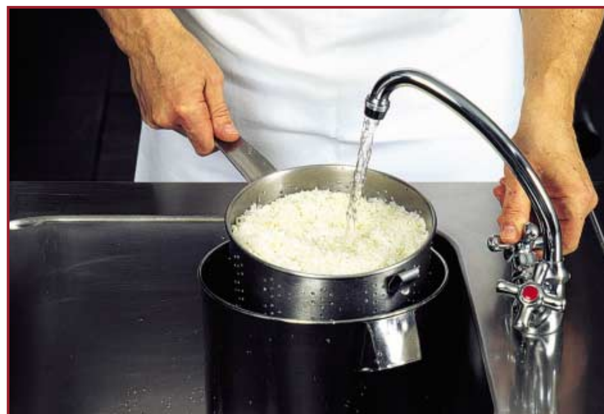
• Peser le riz nécessaire (50 à 70 g par portion), puis le verser dans un chinois.
• Le laver soigneusement sous un filet d'eau froide.
L'eau doit devenir transparente sans traces d'amidon.



• Verser le riz en pluie dans l'eau bouillante et le remuer à l'aide d'une spatule ou d'une petite écumoire jusqu'à la reprise de l'ébullition.



• Laisser cuire le riz **sans couvrir** et à faible ébullition durant 11 à 15 minutes selon l'origine du riz et les indications portées sur les conditionnements.
• Le remuer de temps en temps à l'aide d'une spatule ou d'une écumoire.
• Vérifier la cuisson en le goûtant. Cuit à point il doit être souple et ne pas coller.



• Égoutter le riz dans une passoire.

Pour une utilisation froide ultérieure :

- Le rafraîchir immédiatement à l'eau courante froide.

Pour une utilisation froide immédiate :

- L'assaisonner avant son complet refroidissement. (L'assaisonnement pénètre mieux lorsque le riz n'est pas entièrement refroidi).



Pour une utilisation chaude immédiate :
- Le débarrasser dans une plaque en acier inoxydable ou dans une sauteuse en le rafraîchissant à peine (juste pour enlever l'excédent d'amidon).
- Ajouter des parcelles de beurre.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Dresser immédiatement ou le couvrir d'une feuille de papier sulfurisé et le maintenir au chaud dans un four ou dans une étuve.



Pour une utilisation chaude ultérieure :
- Le disposer sous faible épaisseur dans une plaque.
- Ajouter des parcelles de beurre.
- Assaisonner.
- Couvrir d'une feuille de papier sulfurisé.



- **Remettre le riz en température**
  - Étuver le riz au four à + 180 °C ou en enceinte à micro-ondes.
  - Le remuer de temps en temps à l'aide d'une fourchette.
  - Dresser.

UTILISATIONS

- *Base pour salades composées.*
- *Accompagnement des viandes et des poissons pochés...*

CUIRE DU RIZ PILAF





- Mesurer le riz (1/2 l pour huit couverts).
- Mesurer le fond blanc, le fumet ou l'eau (3/4 de l pour 1/2 l de riz). 1 volume de riz pour 1,5 volume de liquide de mouillement.
- Ciseler finement les oignons (voir pages 113-114).
- Réaliser le bouquet garni (voir page 356).
- Découper le papier sulfurisé.



- Suer au beurre les oignons ciselés (ne pas prolonger, les oignons finiront de suer lors du nacrage du riz).

SUITE



• Ajouter le riz mesuré **non lavé** aux oignons sués.
• Le nacrer (le faire revenir doucement en le remuant sans arrêt à l'aide d'une spatule. Les grains de riz doivent s'égrener et devenir blancs comme de la nacre).



• Mouiller avec **le fond ou l'eau bouillante**.
• Ajouter le bouquet garni.
• Assaisonner.
• **Vérifier l'heure exacte de la reprise de l'ébullition.**



• Couvrir avec une feuille de papier sulfurisé et un couvercle.



• Placer le récipient dans un four à + 190/200 °C, grille à mi-hauteur. La durée de cuisson est de 17 à 19 minutes pour un riz classique, 11 à 14 minutes pour un riz Basmati ou Thaï.



• Contrôler l'à-point de la cuisson (goûter).
• Sortir le récipient du four*. Le poser sur une grille.
• Laisser gonfler le riz durant 5 minutes sans enlever ni le couvercle ni le papier sulfurisé.



** Pour limiter et prévenir les risques de brûlures, il est d'usage de saupoudrer de farine le couvercle du récipient et les poignées.*



- 5 minutes plus tard :
• Égrener le riz à l'aide d'une fourchette.
• Incorporer quelques parcelles de beurre.



• Débarrasser le riz à plus de + 63 °C.
• Le réserver à couvert à + 63 °C.
• Dresser.

CUIRE DU RIZ AU LAIT





• Peser le riz et le laver soigneusement sous un filet d'eau.
L'eau doit devenir transparente et sans traces d'amidon.



• **Blanchir le riz**
- Verser le riz dans une grande russe ou dans une grande sauteuse contenant de l'eau froide.
- Porter à ébullition.
- Remuer de temps en temps à l'aide d'une spatule ou d'une écumoire.
- Le blanchir (crever) durant 1 à 2 minutes.
- L'égoutter et le rafraîchir dans un chinois.



• Porter le lait à ébullition avec la vanille et une pincée de sel fin.



• Verser le riz en pluie et le remuer jusqu'à la reprise de l'ébullition.



• Essuyer les bords du récipient avec du papier absorbant.
• Couvrir puis placer le récipient dans un four à + 190/200 °C durant 20 à 25 minutes (selon la nature, la qualité et l'origine du riz). Le riz doit être moelleux et avoir absorbé l'intégralité du lait.

LIER DU RIZ AU LAIT

POUR LA RÉALISATION DES «PUDDINGS DE RIZ», DES FRUITS CONDÉ, DES COURONNES ET DES GÂTEAUX DE RIZ.



- Blanchir les jaunes d'œufs avec le sucre.
- Sortir le riz du four, utiliser un torchon très sec (risque de brûlures).
- S'assurer de sa cuisson : il doit avoir absorbé l'intégralité du lait.
- Enlever la gousse de vanille, la rincer et la réserver.



- Remettre le riz sur un feu doux et le porter à ébullition.
- Le remuer très délicatement durant quelques secondes à l'aide d'une spatule.



- Verser progressivement la liaison sur le riz bouillant.
- Remuer délicatement à l'aide d'une spatule.



La liaison ne doit pas toucher les bords du récipient (risque de coagulation des jaunes d'œufs).



- Retirer le récipient du feu dès la consistance souhaitée.
- Ajouter éventuellement une garniture (selon la recette : salpicon de fruits confits macérés, raisins réhydratés...).
- Mettre en place (garnir les moules).
- Lisser correctement les bords.
- Refroidir ou consommer tiède.

CUIRE DES PÂTES FRAÎCHES

CUISSON À LA COMMANDE





• Porter une grande quantité d'eau à ébullition.
• Saler au gros sel (8 à 10 g de sel par litre d'eau).
• Ajouter un peu d'huile.



• **Les plonger à la commande**, par petite quantité, dans l'eau bouillante salée et huilée.



• Cuire vivement les pâtes durant quelques minutes.
• Les remuer fréquemment à l'aide d'une fourchette.
• Vérifier l'à-point de la cuisson, elles doivent rester fermes (al dente).



• Égoutter les pâtes (presque entièrement).
L'eau restante empêche les pâtes de s'agglomérer.
• **Ne jamais les rafraîchir.**
• Les cuire impérativement à la commande.



• **Lier les pâtes ou les accommoder.**
• Les lier selon la recette :
- Au beurre, à la crème.
- À l'huile d'olive, à la sauce tomate...
• Dresser.

CUIRE DES PÂTES INDUSTRIELLES

UTILISATION IMMÉDIATE





• Porter une grande quantité d'eau à ébullition (1 l d'eau pour 0,100 kg de pâtes).
• Saler au gros sel à raison de 8 à 10 g de sel par litre d'eau.



• Ajouter les pâtes et remuer à l'aide d'une fourchette jusqu'à la reprise de l'ébullition.



• Ne pas couvrir (risque de débordement).
• Remuer de temps en temps pour empêcher les pâtes de s'agglomérer et de coller au fond du récipient.



• Vérifier fréquemment l'à-point de la cuisson. Les spaghettis sont prêts lorsque le point blanc central disparaît.
• Les maintenir légèrement fermes (al dente).
• Arrêter la cuisson avec un peu d'eau froide.



• Égoutter immédiatement.
• Rincer légèrement à l'eau bouillante si nécessaire.



• **Lier les pâtes au beurre**
  - Les sauter rapidement dans une calotte contenant du beurre en parcelles.
  - Vérifier l'assaisonnement.
  - Dresser.

CUIRE DES PÂTES INDUSTRIELLES

UTILISATION DIFFÉRÉE



• Rafraîchir entièrement les pâtes, les égoutter et les réserver. Pour les empêcher de s'agglomérer, elles peuvent être éventuellement huilées.



• **Remettre les pâtes en température**
  - Les plonger à la commande durant 1 à 2 minutes dans de l'eau bouillante salée (en chauffante).



• Les égoutter et les lier au beurre.
• Assaisonner et dresser.

POCHER DES FRUITS AU SIROP

RÉALISER UNE COMPOTE



• Éplucher, évider et citronner soigneusement les fruits.



• Réaliser le sirop à 1.1247-1.1335 (anciennement 16 à 17 Baumé). Environ 0,500 à 0,600 kg de sucre par litre d'eau.
• Parfumer le sirop (zestes de citron, d'orange, vanille, épices…)



• Plonger les fruits dans le sirop en ébullition en veillant à ce qu'ils soient intégralement immergés.
• Recouvrir d'une feuille de papier sulfurisé trouée au centre pour laisser s'échapper la vapeur.
• Charger éventuellement avec une assiette pour maintenir les fruits en immersion.



• Cuire très lentement durant 20 à 30 minutes selon le calibre et la maturité des fruits.
• S'assurer de la cuisson à l'aide d'une aiguille à brider. Il ne doit pas y avoir de résistance.



• Débarrasser les fruits dans une calotte en acier inoxydable ou dans un compotier, en les maintenant toujours recouverts de sirop (risque d'oxydation).

UTILISATIONS

• *Compote (fruits au sirop).*
• *Garniture de tartes, coupes glacées, entremets divers.*

CUIRE DES ABATS DANS UN BLANC

TÊTE, PIEDS, FRAISE DE VEAU*

** En tenant compte de la législation en vigueur.*





- **Dégorger les abats dans de l'eau glacée durant quelques minutes**
  - Changer l'eau et la glace fréquemment.
  - Les blanchir départ eau froide durant 3 à 4 minutes.
  - Écumer, rafraîchir, égoutter.
  - Citronner fortement les abats.



- **Préparer la garniture aromatique**
  - Carottes entières ou en tronçons.
  - Oignons cloutés.
  - Bouquet garni.



- **Préparer le blanc**
  - Délayer pour 1 litre de cuisson 10 à 15 g de farine dans un peu d'eau froide.
  - Ajouter le jus d'un demi-citron**.



- **Pocher les abats**
  - Porter une quantité d'eau à ébullition suffisante pour recouvrir entièrement les abats.
  - Saler au gros sel.
  - Verser le blanc ainsi réalisé au travers d'un chinois, au-dessus de l'eau en ébullition.
  - Mélanger à l'aide d'un fouet pour uniformiser le mélange.
  - Plonger les abats.

SUITE



• Ajouter la garniture aromatique, un peu d'huile ou de la graisse de rognon de veau hachée.
• Couvrir d'une feuille de papier sulfurisé trouée au centre ou d'un linge stérilisé pour laisser s'échapper la vapeur.
• Cuire à très faible ébullition (2 h à 2 h 30 environ pour une tête de veau).



• S'assurer de la cuisson des abats. Piquer la chair à l'aide d'une aiguille à brider, il ne doit y avoir aucune résistance.
• Égoutter au fur et à mesure du service.
• Déficeler (selon le cas).
• Trancher et servir immédiatement encore chaud avec une sauce dérivée de la sauce vinaigrette ou de la sauce mayonnaise (gribiche, ravigote, rémoulade, tartare...).

*** Le jus de citron et la matière grasse limitent avantageusement les risques de noircissement des abats (oxydation). Les abats blancs cuits dans un blanc doivent être refroidis dans la cuisson et égouttés seulement au moment d'être servis.*

CUIRE DES LÉGUMES DANS UN BLANC

FONDS D'ARTICHAUTS, SALSIFIS, CARDONS...

1ÈRE MÉTHODE



• Tourner, ôter le foin et citronner les fonds d'artichauts.
• Les réserver dans de l'eau citronnée.



• Porter de l'eau à ébullition en quantité juste suffisante pour recouvrir les fonds d'artichauts.
• Ajouter du jus de citron, de l'huile et saler au gros sel.



• Ajouter les fonds d'artichauts dans la cuisson en ébullition.
• Couvrir avec une feuille ronde de papier sulfurisé trouée au centre pour laisser s'échapper la vapeur.
• Laisser cuire lentement durant 20 à 30 minutes.



• S'assurer de la cuisson des fonds d'artichauts.
• Les piquer délicatement avec une aiguille à brider.
Il ne doit pas y avoir de résistance.

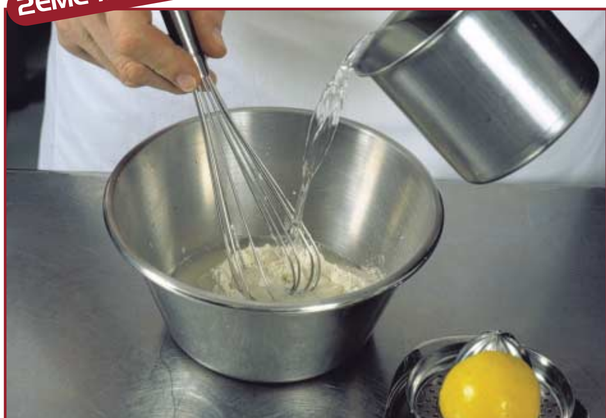


• **Débarrasser les fonds dans une calotte en les laissant toujours immergés dans la cuisson**
- Les refroidir rapidement et les réserver toujours immergés à couvert en enceinte réfrigérée.

UTILISATIONS

• *Farcis.*
• *Garniture châtelaine, mascotte...*

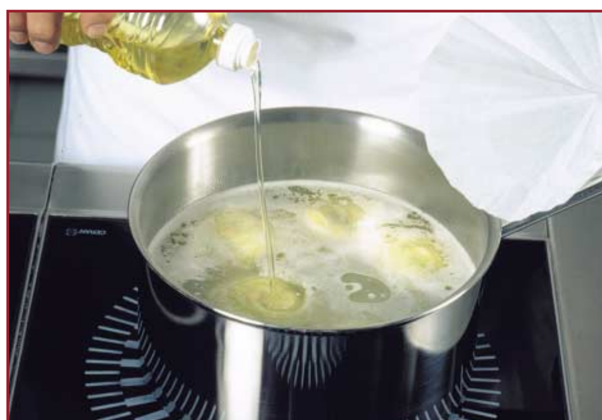
2ÈME MÉTHODE



• **Réaliser un blanc** (pour 1 litre d'eau bouillante salée)
- Délayer 10 à 15 g de farine dans un peu d'eau froide.
• Ajouter le jus d'un demi citron.



• Porter de l'eau à ébullition.
• Saler au gros sel.
• Verser progressivement le mélange au travers d'un chinois dans l'eau bouillante salée en remuant à l'aide d'un fouet.
• Reporter à ébullition.



• Ajouter les fonds d'artichauts et un filet d'huile.
• Couvrir avec une feuille ronde de papier sulfurisé trouée au centre.
• Cuire très lentement en veillant à ce que le «blanc» n'attache pas au fond du récipient.



• S'assurer de la cuisson.
• Débarrasser les fonds et les maintenir en immersion dans la cuisson.
• Couvrir d'une feuille de papier sulfurisé.

REMARQUE

L'huile et le jus de citron permettent de limiter les risques d'oxydation (noircissement).

CUIRE DES CHAMPIGNONS «À BLANC»

ESCALOPÉS, EN QUARTIERS, TOURNÉS





- Eplucher, laver et détailler les champignons (voir pages 66 et 67).
- Porter à ébullition une très petite quantité d'eau*.
- Ajouter du sel, du beurre et du jus de citron.

** Les champignons contiennent beaucoup d'eau de végétation.*



- Ajouter les champignons dans le liquide bouillant.
- Couvrir avec une feuille de papier sulfurisé.
- Faire reprendre rapidement l'ébullition.
- Cuire durant 4 à 6 minutes (selon la taille des champignons).



- Débarrasser les champignons dans une calotte avec la cuisson (ne pas les égoutter, risque d'oxydation).
- Les refroidir rapidement et les réserver à couvert.

UTILISATIONS

- *Petites garnitures.*
- *Fricassées, blanquettes...*

CUIRE
À LA VAPEUR

DÉFINITION

Cuire à la vapeur, c'est cuire un aliment dans un récipient adapté et hermétique ou dans un appareil spécifique (cuiseur à vapeur). La vapeur émise par le liquide en ébullition (eau salée, fond blanc, fumet, court-bouillon...) transmet sa chaleur à l'aliment à cuire. La durée de cuisson est fonction de l'épaisseur, de la texture de l'aliment et du matériel utilisé.

Cette technique de cuisson présente un intérêt diététique.

(Voir livre «Technologie culinaire» - Editions BPI)



ETUVER DES LÉGUMES

JULIENNE DE CAROTTES, BLANCS DE POIREAUX, CÉLERI...



• Eplucher, laver soigneusement et tailler les légumes en julienne (voir pages 54 et suivantes).



• Placer une sauteuse sur la plaque de mijotage ou sur un feu nu très doux.
• Ajouter un peu de beurre, du sel fin et un soupçon de sucre semoule.



• Ajouter la julienne de légumes et éventuellement quelques centilitres d'eau pour aider à la formation de vapeur.
• Couvrir avec une feuille de papier sulfurisé et un couvercle.

SUITE



- **Cuire très très lentement** durant une vingtaine de minutes.
- Surveiller très attentivement afin que les légumes cuisent dans leur eau de végétation et ne colorent pas au fond de la sauteuse.



- Vérifier l'assaisonnement et la cuisson des légumes.
- Débarrasser dans une calotte en acier inoxydable.
- Filmer ou recouvrir d'une feuille de papier sulfurisé.

UTILISATIONS

- *Garniture de potages (julienne Darblay), de poissons pochés au court-mouillement (Suchet).*

CUIRE SOUS VIDE

DÉFINITION

Cette technique de cuisson consiste à conditionner dans un sac spécifique, des produits crus, précuits, blanchis ou marqués, quadrillés ou rissolés, ou à les associer à d'autres éléments pré-élaborés (assaisonnement, garniture aromatique, sauce, éléments de décor), puis à réaliser le vide dans le sac et cuire immédiatement.

Selon la nature des produits et les résultats souhaités, les aliments peuvent cuire à haute température (légumes cuits aux environs de 100 °C) ou à basse température (viandes cuites à + 60/62 °C à cœur).

La température de cuisson doit être extrêmement précise et faire l'objet de nombreux essais consignés sur la fiche technique et le diagramme de fabrication.

Le sous vide associé à une température et à une durée de cuisson précise (**cuisson à juste température**) permet d'obtenir un excellent résultat tant sur le plan organoleptique nutritionnel que sanitaire.



PRINCIPALES ÉTAPES

- **Réceptionner les denrées**
  - Les produits sont contrôlés, identifiés, déconditionnés (gros emballages), puis stockés aux températures réglementaires.



- **Préparer les produits**
  - Eplucher, laver, décontaminer les légumes.
  - Parer, désosser, piècer les viandes de boucherie.
  - Habiller, découper ou brider les volailles.
  - Déconditionner et vérifier les produits semi-élaborés.



• **Pré-cuire les denrées (selon la recette)**
- Blanchir ou pré-cuire les légumes.
- Marquer, rissoler, quadriller les viandes, les volailles, ou les poissons.



• **Assembler les différents éléments (éléments de décor)**
- Fond, sauce, garniture aromatique, assaisonnement…



• **Conditionner sous vide en sacs de cuisson**
- Les différents éléments de la recette peuvent être conditionnés séparément dans des sacs spécifiques (sauce, garniture d'appellation…).
- Le vide est réalisé grâce à une machine manuelle ou automatique.

• **Cuire sous vide**
- Les aliments conditionnés sous vide sont ensuite cuits à une température «à cœur» précise, contrôlée en permanence grâce à l'utilisation d'une sonde enregistreuse.
- Chaque lot nécessite la conservation du graphe de cuisson.

• **Refroidir rapidement et réglementairement les P.C.E.A.**
- Les **P**lats **C**uisinés **E**laborés à l'**A**vance sont refroidis en cellule. Ils doivent passer de + 63 °C à + 10 °C à cœur en moins de deux heures (certains appareils permettent de cuire et de refroidir automatiquement sans aucune manutention).
- Le refroidissement fait l'objet d'une procédure précise.
- Les températures et la courbe de refroidissement doivent être enregistrées et conservées.



• **Identifier le lot**
- Les P.C.E.A. sont étiquetés réglementairement : nature du produit, lot, date de fabrication, D.L.C., reproduction de l'estampille sanitaire…
- Un échantillon-test représentatif du lot doit être réservé pour un éventuel contrôle microbiologique ou autres analyses entrant dans le cadre de procédures d'autocontrôle.

• **Stocker immédiatement les P.C.E.A. en enceinte réfrigérée spécifique**
- Les P.C.E.A. sont stockés à une température comprise entre 0 °C et + 3 °C maximum, selon une durée fixée en collaboration avec les Services Vétérinaires après étude de vieillissement.

• **Remettre en température**
- La remise en température doit permettre au P.C.E.A. de passer de la température de + 10 °C à + 63 °C en moins d'1 heure.
- Le matériel utilisé (bain-marie, four mixte…) doit permettre de préserver au mieux les qualités organoleptiques de la préparation.

• **Terminer le plat et assembler les garnitures**
- Dans le cas d'un assemblage, la sauce et la ou les garnitures sont ajoutées lors du dressage.



REMARQUE

La cuisson sous vide ne supporte aucune improvisation. Elle nécessite l'agrément des Services Vétérinaires, des locaux et du matériel adaptés, du personnel formé et conscient des risques sanitaires engendrés par le non-respect des procédures de fabrication. La mise en place d'une analyse des risques réalisée par groupes de plats de même origine est impérative (voir «Technologie culinaire» - Editions BPI).

CUIRE DES LÉGUMES A LA GRECQUE

CHAMPIGNONS, PETITS OIGNONS, FONDS D'ARTICHAUTS, COURGETTES, FENOUIL, BLANCS DE POIREAUX, CÉLERI-RAVE...





• **Éplucher, laver et tailler les légumes**
- Escaloper les champignons (voir page 68).
- Escaloper les fonds d'artichauts (voir page 43).
- Tourner les courgettes (voir page 88).
- Tourner les céleris-raves (voir page 65).
- Tronçonner les blancs de poireaux (voir page 118).



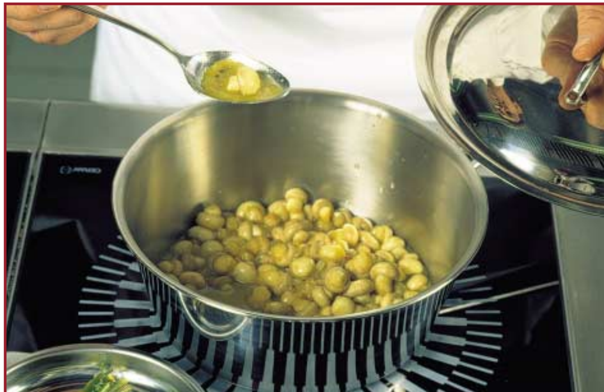
• **Réaliser la mise en place**
- Ciseler les oignons (voir pages 113-114).
- Réaliser le bouquet garni (voir page 356).
- Réaliser un sac aromatique (nouet) avec une gaze stérile, du poivre en grains, de la coriandre et éventuellement de l'ail.
- Mesurer le vin blanc.
- Réaliser le jus de citron.



• **Marquer les légumes à la grecque en cuisson**
- Placer une grande sauteuse ou un rondeau sur le feu.
- Ajouter l'huile d'olive.
- Suer (sans coloration) les oignons ciselés.
- Ajouter le jus de citron, le vin blanc, le sac aromatique, le bouquet garni et quelques grains de poivre et de coriandre en plus.



• Ajouter le légume.
• Saler et couvrir hermétiquement le récipient (ajouter un peu d'eau pour les légumes longs à cuire, chou-fleur, céleri...).



- Surveiller attentivement la cuisson (5 à 6 minutes pour les champignons, 10 à 12 minutes pour les courgettes, 20 à 25 minutes pour les fonds d'artichauts).
- **L'eau de végétation et de cuisson doit être complètement évaporée**. Le jus de citron et l'huile doivent former une sorte de sauce vinaigrette brillante et émulsionnée.



- **Débarrasser et dresser les légumes à la grecque**
  - Enrober les légumes dans leur cuisson pour les faire briller.
  - Les dresser harmonieusement en raviers.
  - Décorer facultativement avec des demi-lamelles fines de citrons cannelés.

REMARQUE

Cette technique de base peut être modifiée par l'adjonction de tomate concassée, de graines de fenouil, de curry, de safran, de raisins secs...

GLACER DES PETITS LÉGUMES À BLANC

CAROTTES, NAVETS, PETITS OIGNONS...







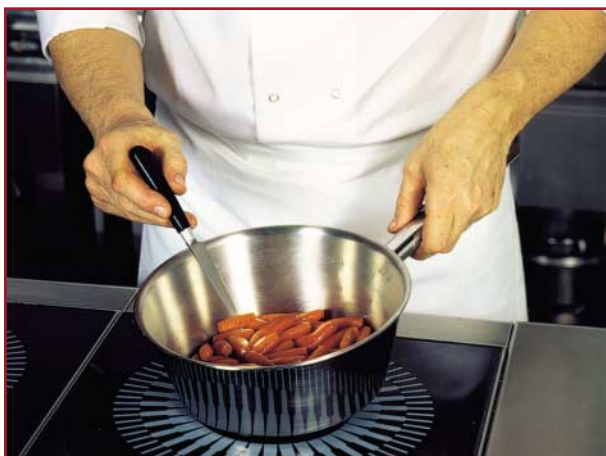
SUITE



- Répartir les légumes sur une seule épaisseur (**ne pas les superposer**) dans un récipient plat (sauteuse, rondeau).
- Ajouter le beurre en parcelles, le sucre et le sel.
- Mouiller à l'eau froide **juste à hauteur des légumes**.



- Porter à ébullition.
- Recouvrir avec une feuille de papier sulfurisé.
- Cuire doucement à feu modéré jusqu'à l'évaporation complète de l'eau de cuisson.
- Enrober de temps en temps les légumes dans la cuisson.



- Vérifier la cuisson.
- Les légumes doivent être fermes mais cuits. L'eau doit être entièrement évaporée. **Les légumes sont enrobés d'une pellicule brillante composée du sirop formé par le beurre et le sucre**.



- Débarrasser les légumes dans un récipient adapté, à couvert ou filmé.

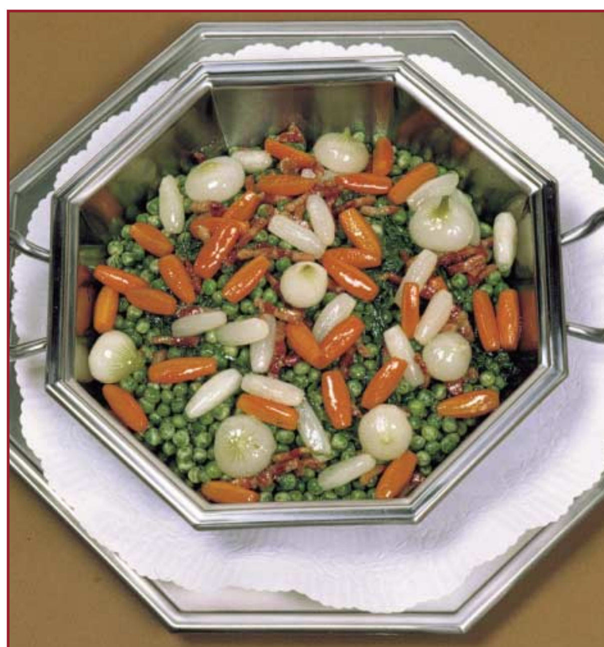
REMARQUE

Si les légumes sont cuits et qu'il reste encore de l'eau de cuisson : débarrasser les légumes et réduire la cuisson jusqu'à l'état sirupeux, puis remettre les légumes dans le récipient pour les enrober.

Dans le cas contraire, remouiller sans excès.

UTILISATIONS

- *Petites garnitures blanches (fricassées, blanquettes...), souvent associées aux champignons cuits à blanc.*

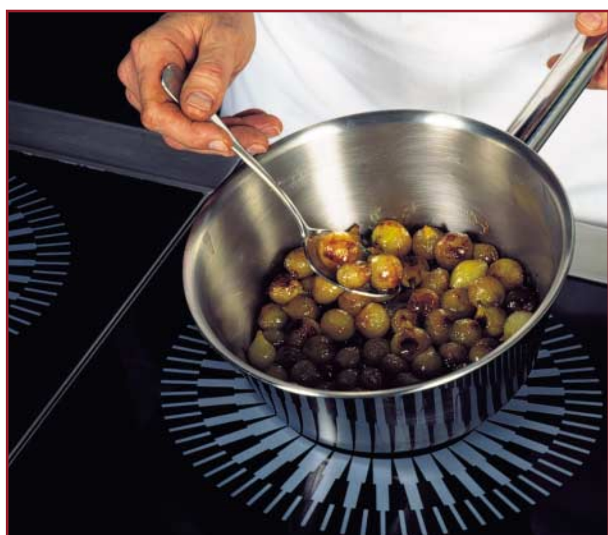


Petits pois printaniers

GLACER À BRUN DES PETITS OIGNONS

IDENTIQUE À «GLACER DES PETITS LÉGUMES À BLANC»





• Poursuivre la cuisson et l'évaporation de l'eau. Le sirop caramélise légèrement.
• Enrober les petits oignons en les retournant délicatement dans le caramel blond.



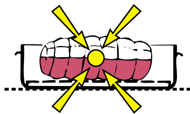
• Arrêter la coloration en ajoutant au caramel blond quelques gouttes d'eau froide.
• Débarrasser délicatement les petits oignons glacés.
• Nettoyer immédiatement la sauteuse en faisant bouillir un peu d'eau.

UTILISATIONS

• *Petites garnitures brunes (grand-mère, bourguignonne, Marengo…).*



Navarin aux pommes



SAUTER

CONCENTRATION

DÉFINITION

Sauter, c'est cuire un aliment à feu vif, à découvert avec un peu de matière grasse, dans un récipient bas (poêle, sautoir, sauteuse...).

Cette technique de cuisson rapide s'applique plus spécialement à des petites pièces.

SAUTER DES PETITES PIÈCES DE VIANDE ROUGE

ENTRECÔTES, CONTRE-FILETS, STEAKS...



Entrecôte Bordelaise



- **Préparer la viande selon le morceau**
  - Parer, dégraisser, dénerver, détailler, ficeler éventuellement.



- **Marquer la viande en cuisson**
  - Saisir vivement les pièces de viande dans un mélange d'huile et de beurre.
  - Les assaisonner juste avant ou après la cuisson.



- Retourner les pièces de viande à l'aide d'une spatule (**ne jamais les piquer avec une fourchette**).
- Cuire au point de cuisson souhaité (bleu, saignant, à point, bien cuit), contrôler à la pression du doigt.



- Débarrasser les pièces de viande sur une plaque munie d'une grille ou d'une assiette retournée.
- Réserver la viande au chaud durant la réalisation de la sauce.

RÉALISER UNE SAUCE COURTE PAR DÉGLAÇAGE



- Dégraisser partiellement le sautoir.
- **Réaliser la sauce**
  - Ajouter des échalotes ciselées ou émincées (selon la recette).
  - Les suer sans coloration.



- Déglacer avec du vin blanc ou du vin rouge (selon l'appellation).
- Réduire le vin des 2/3 pour limiter les risques d'acidité.



- Ajouter du fond brun de veau lié corsé et éventuellement un peu de glace de viande.



- Réduire légèrement la sauce à la spatule (ne pas utiliser un fouet).
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Passer la sauce au chinois étamine et la monter au beurre sans excès*.

** Dans le cas de l'appellation à «l'échalote», la sauce n'est pas passée au chinois.*



- **Dresser**
  - Disposer les pièces de viande sur le plat de service.
  - Répartir la garniture d'appellation (moelle de bœuf dégorgée et pochée par exemple).
  - Napper uniformément.

UTILISATIONS

- *Steak Bercy.*
- *Entrecôte marchand de vin.*
- *Onglet à l'échalote.*

REMARQUE

Les petites pièces de viande rouge sont généralement assaisonnées après la cuisson, le sel fait ressortir le sang. Elles sont retournées à l'aide d'une spatule métallique et non d'une fourchette, là encore, le sang risquerait de s'échapper.

SAUTER DES PETITES PIÈCES DE VIANDE ROUGE

PAVÉS DE RUMSTECK, CONTRE-FILETS, ENTRECÔTES, TOURNEDOS, NOISETTES...



Steaks au poivre



• **Préparer la viande selon le morceau**
 - Parer, dénerver, dégraisser, détailler, ficeler éventuellement.



• **Préparer la mignonnette**
 - Ecraser le poivre en grains à la commande, utiliser une petite sauteuse par exemple.
 - Paner les steaks.



• Placer un sautoir ou un rondeau plat sur un feu vif.
• Ajouter un peu de beurre et d'huile.
• Saler les morceaux (ils peuvent être assaisonnés après la cuisson).
• **Les steaks panés à la mignonnette ne sont pas poivrés à nouveau.**
• Saisir les pièces de viande lorsque le beurre blondit dans l'huile.



• Retourner les pièces de viande à l'aide d'une spatule métallique : **ne pas les piquer avec une fourchette**.
• Surveiller attentivement la cuisson. Les sucs doivent caraméliser sans brûler.
• Cuire selon le degré de cuisson souhaité par le client (bleu, saignant, à point, bien cuit). Les noisettes d'agneau se cuisent généralement «rosées».



- Débarrasser les pièces de viande sur une plaque munie d'une grille ou d'une assiette retournée.
- Réserver la viande au chaud.

REMARQUE

- ***Les steaks au poivre peuvent être flambés avec du Cognac.***
- ***La finition (réalisation de la sauce) est le plus souvent réalisée en salle devant le client.***

RÉALISER UNE SAUCE COURTE PAR DÉGLAÇAGE



- **Réaliser la sauce**
  - Dégraisser partiellement le sautoir.
  - Déglacer avec du vin blanc, réduire des 3/4 pour limiter les risques d'acidité (voir la fiche technique de fabrication).



- Ajouter du fond brun de veau lié et laisser réduire à nouveau (ne jamais fouetter une sauce brune, utiliser une spatule à réduction)*.



- Ajouter un peu de crème.
- Réduire la sauce à nouveau et la passer éventuellement au chinois étamine.
- La monter au beurre hors du feu.
- Vérifier la couleur, l'onctuosité et l'assaisonnement.



- **Dresser**
  - Dresser les pièces de viande et les maintenir au chaud à l'entrée d'un four.
  - Napper uniformément.

REMARQUE

** Lors de la réalisation des sauces brunes, l'utilisation du fouet n'est pas recommandée, l'incorporation d'air blanchirait la sauce.*

SAUTER DES PETITES PIÈCES DE VIANDE BLANCHE

ESCALOPES ET CÔTES DE VEAU, MÉDAILLONS ET CÔTES DE PORC, BLANCS DE DINDE...



Escalopes à la crème



- **Préparer la viande selon le morceau**
  - Parer, dénerver, dégraisser, aplatir, manchonner (voir pages 217, 225 et 226).



- Placer un sautoir ou un rondeau plat sur un feu doux.
- Ajouter un peu de beurre et d'huile.
- Saler, poivrer (les escalopes de veau et les blancs de dinde peuvent être farinés sans excès).
- Placer les morceaux de viande dans le récipient lorsque le beurre blondit dans l'huile.
- **Cuire lentement en veillant à ce que le beurre ne brunisse pas.**



- Retourner les pièces de viande et poursuivre la cuisson sur l'autre face. **La coloration de la viande doit être blonde.**
- S'assurer de la cuisson : à la pression du doigt la viande bien cuite doit être ferme.



- Débarrasser les pièces de viande sur une plaque munie d'une petite grille ou d'une assiette retournée.
- Les réserver à une température supérieure à + 63 °C.

RÉALISER UNE SAUCE COURTE PAR DÉGLAÇAGE



- **Réaliser la sauce**
  - Dégraisser partiellement le récipient.
  - Déglacer les sucs selon la recette avec du Porto ou du vin blanc, réduire des 3/4 pour limiter les risques d'acidité.
  - Ajouter de la crème et lier légèrement avec un peu de fond brun de veau lié.



- Vérifier l'onctuosité, l'assaisonnement et la couleur de la sauce (légèrement ivoire).



- Passer la sauce au chinois étamine.
- Ajouter la garniture d'appellation s'il y a lieu, champignons de Paris sautés, morilles étuvées...
- Monter légèrement la sauce au beurre.



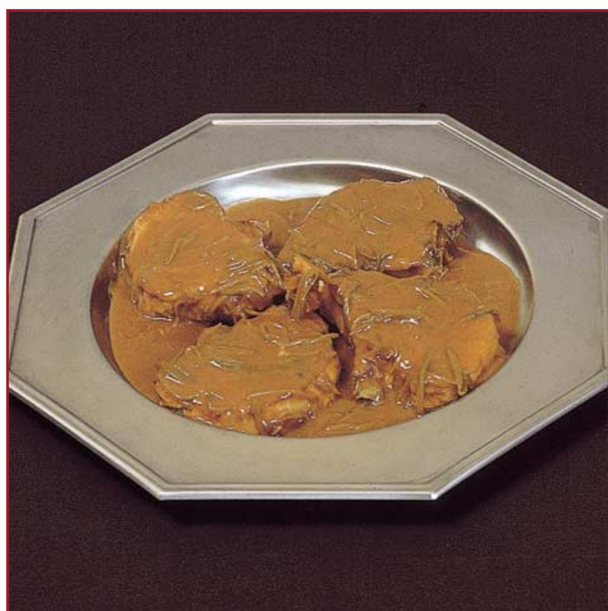
- **Dresser**
  - Disposer la viande dans le plat de service (long pour des escalopes, rond pour des côtes).
  - Diriger les manches des côtes vers le centre du plat. Placer le plat durant quelques secondes dans un four à 200 °C.
  - Napper uniformément.

UTILISATIONS

- *Escalopes à la crème, au Porto, aux morilles, vallée d'Auge...*
- *Médaillon de porc à la moutarde, au paprika...*

SAUTER DES PETITES PIÈCES DE VIANDE BLANCHE

CÔTES ET MÉDAILLONS DE PORC, ESCALOPES, PICCATAS, MIGNONS DE VEAU, BLANCS DE DINDE



Côtes de porc charcutière



- **Préparer la viande selon le morceau**
  - Parer, dénerver, dégraisser, aplatir, manchonner.



- Placer un sautoir ou un rondeau plat sur un feu doux.
- Ajouter un peu de beurre et d'huile.
- Saler, poivrer (certaines petites pièces de veau ou de volaille peuvent être farinées sans excès).
- Placer les morceaux de viande dans le récipient lorsque le beurre blondit dans l'huile.
- Cuire lentement en veillant à ce que le beurre ne brunisse pas.



- Retourner les pièces lorsqu'elles sont bien colorées et poursuivre la cuisson sur l'autre face.
- La coloration de la viande doit être légèrement brune (sans excès) et uniforme.



- **S'assurer de la cuisson**
  - A la pression du doigt la viande bien cuite doit être ferme.
- Débarrasser la viande sur une plaque munie d'une grille ou d'une assiette retournée.
- La réserver à une température supérieure à + 63 °C.

RÉALISER UNE SAUCE BRUNE PAR DÉGLAÇAGE



- **Réaliser la sauce**
  - Dégraisser partiellement le récipient.
  - Ajouter, selon la recette, des échalotes ou des oignons ciselés, les suer sans coloration.



- Déglacer avec du vin blanc, pour les côtes de porc charcutière, du Madère ou du Marsala selon les appellations.



- Ajouter du fond brun de veau lié et réduire à nouveau (ne jamais fouetter une sauce brune, la réduire à la spatule à réduction).



- Passer la sauce au chinois étamine.



- Vérifier la couleur, l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Ajouter la garniture d'appellation s'il y a lieu (moutarde, julienne de cornichons par exemple pour les côtes de porc charcutière).
- Monter légèrement la sauce au beurre.



- **Dresser**
  - Disposer les pièces de viande dans le plat de service.
  - Placer le plat durant quelques secondes dans un four à 200 °C.
  - Napper et répartir uniformément la garniture.

UTILISATIONS

- *Côtes de porc charcutière, Robert.*
- *Piccatas, escalopes au Marsala.*
- *Médaillon de veau chasseur, Duroc.*

RÉALISER UN POULET SAUTÉ À BLANC

À LA CRÈME, AU PAPRIKA, AUX MORILLES, AU RIESLING...



Poulet sauté vallée d'Auge



- Habiller et découper le poulet à cru, manchonner (voir pages 246 à 248).
- Marquer un fond blanc de volaille avec les os et les abattis (voir pages 264 et suivantes) puis le lier légèrement pour obtenir un velouté.



- **Marquer les morceaux de poulet en cuisson**
  - Saler, poivrer et fariner les morceaux, les tapoter pour enlever l'excédent de farine.



- Faire fondre du beurre dans un sautoir ou dans un rondeau plat.
- Disposer les morceaux de poulet, **le côté peau en premier**, et les laisser raidir avec une très légère coloration blonde durant quelques minutes.



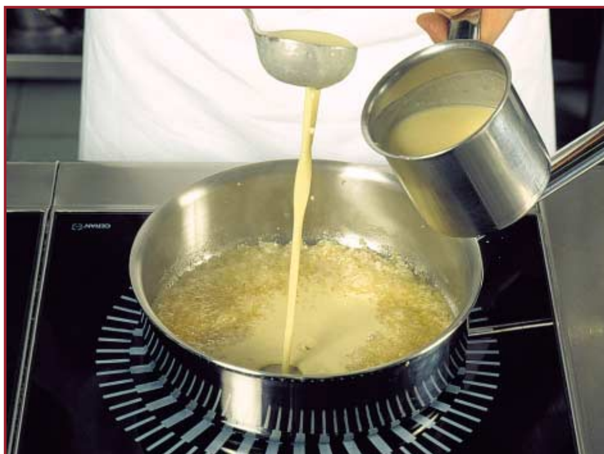
- Retourner les morceaux et les laisser raidir sur l'autre face.
- Couvrir le récipient et terminer la cuisson dans un four à 200 °C.
- Retirer les ailes quelques minutes avant les cuisses.
- Débarrasser les quarts de volaille.
- S'assurer de la cuisson (idem poulet sauté à brun) et les maintenir à une température supérieure à + 63 °C.



• **Réaliser la sauce par déglaçage**
- Dégraisser partiellement le récipient.
- Ajouter des échalotes ciselées.
- Laisser suer lentement.



- Déglacer selon la recette avec du vin blanc, du cidre, de la bière…
- Laisser réduire des 3/4 pour limiter les risques d'acidité.



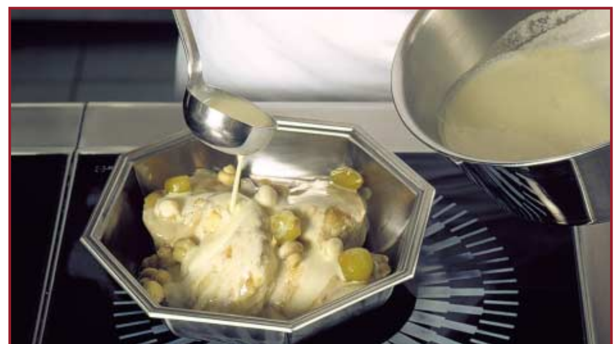
• Ajouter du velouté de volaille, réduire lentement à l'aide d'un petit fouet ou d'une spatule à réduction.
(Voir pages 282 à 285).



• Ajouter de la crème :
- Réduire à nouveau.
- Vérifier l'onctuosité, la couleur et l'assaisonnement de la sauce.



• Passer la sauce au chinois étamine dans une autre petite sauteuse ou dans un bain-marie pour une utilisation ultérieure.
• Maintenir la sauce à une température supérieure à + 63 °C.



• **Dresser**
- Disposer les morceaux de poulet en dirigeant les manches vers le centre du plat.
- Ajouter la garniture d'appellation (champignons sautés à blanc, morilles étuvées, petits oignons glacés à blanc…).
- Napper uniformément.

REMARQUE

Lorsque le poulet sauté n'est pas servi immédiatement après la cuisson il est préférable de le maintenir à plus de + 63°C dans la sauce. Dans ce cas, il faut être particulièrement vigilant et ne pas faire bouillir la sauce avec les morceaux de poulet (le poulet sauté devient, dans ce cas, un ragoût de volaille à blanc).

RÉALISER UN POULET SAUTÉ À BRUN

CHASSEUR, BOURGUIGNONNE, BASQUAISE...



Poulet sauté bourguignonne



• Habiller et découper le poulet à cru, manchonner.
• Marquer un fond brun de volaille légèrement lié avec les os et les abattis (voir pages 260 et 261).



• Marquer **les morceaux de poulet en** cuisson
  - Saler, poivrer et fariner les morceaux, les tapoter pour enlever l'excédent de farine.



• Faire blondir du beurre, ou du beurre et un peu d'huile, dans un rondeau plat.
• Disposer les morceaux de poulet, **le côté peau en premier** et laisser colorer doucement durant quelques minutes.



• Retourner les morceaux et laisser colorer lentement l'autre face.
• Couvrir le récipient et terminer la cuisson dans un four à + 200 °C.
• Retirer les ailes quelques minutes avant les cuisses.



- Débarrasser les quarts de volaille et s'assurer de la cuisson (les cuisses piquées à l'aide d'une aiguille à brider laissent s'échapper un liquide parfaitement clair sans aucune trace sanguinolente).
- Maintenir les morceaux au chaud.



- **Réaliser la sauce par déglaçage**
  - Dégraisser partiellement le récipient de cuisson.
  - Ajouter des échalotes finement ciselées.
  - Laisser suer lentement.
  - Déglacer selon la recette avec du vin blanc ou rouge.
  - Le laisser réduire des 3/4 pour limiter les risques d'acidité.



- Ajouter le fond brun de volaille légèrement lié (voir pages 260-261).
- Laisser réduire, ne pas utiliser un fouet mais une spatule à réduction.
- Vérifier la couleur, l'onctuosité et l'assaisonnement de la sauce.



- Passer la sauce au chinois étamine (si elle ne comporte pas de petite garniture).



- Monter la sauce au beurre sans excès.



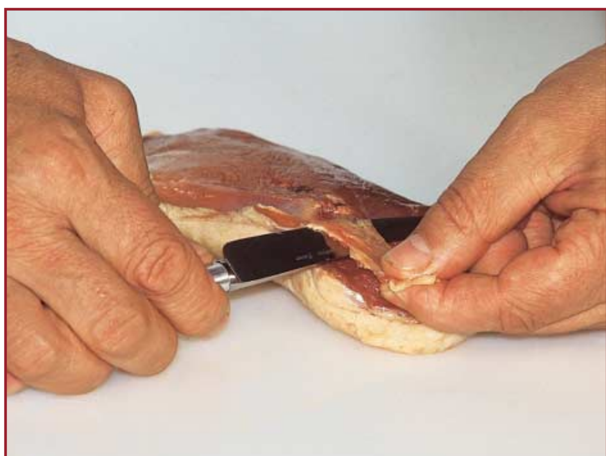
- **Dresser**
  - Disposer les morceaux de poulet en dirigeant les manches vers le centre du plat.
  - Ajouter la garniture d'appellation (champignons, cèpes, fonds d'artichauts sautés, petits lardons, oignons glacés, cerfeuil, estragon...).
  - Napper uniformément.

SAUTER DES SUPRÊMES DE VOLAILLE

RÉALISER UNE SAUCE COURTE PAR DÉGLAÇAGE



Suprêmes de caneton au poivre vert



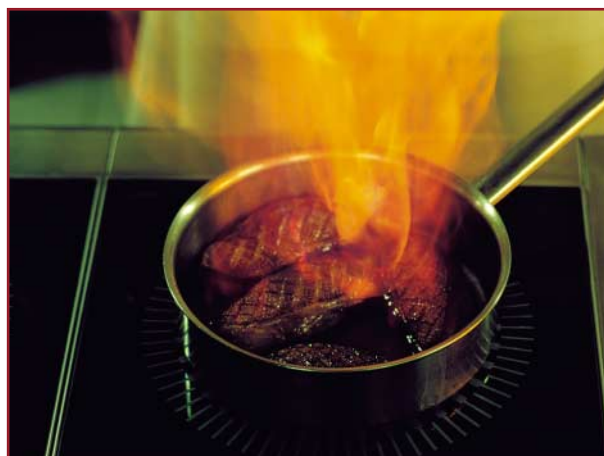
• Parer, dénerver, inciser ou quadriller la peau grasse des suprêmes de caneton.



• Saler, poivrer et saisir les suprêmes dans un sautoir avec très peu de beurre et d'huile.
• Les placer dans le sautoir côté peau en premier.



• Les cuire au 2/3 sur la peau (pour faire fondre la graisse).
• Les retourner à l'aide d'une spatule et terminer la cuisson. *Sans indications particulières du client maintenir les suprêmes rosés.*



• **Réaliser la sauce**
- Dégraisser partiellement le sautoir.
- Flamber avec du Cognac (facultatif).



- Débarrasser les suprêmes sur une plaque munie d'une grille.
- Les réserver et les laisser reposer au chaud durant la réalisation de la sauce.



- **Terminer la sauce**
  - Déglacer les sucs avec du vin blanc.
  - Le laisser réduire des 3/4 pour limiter les risques d'acidité.



- Ajouter du fond brun de canard légèrement lié.
- Réduire légèrement la sauce.



- Ajouter la garniture d'appellation s'il y a lieu (poivre vert par exemple), l'écraser légèrement avec le dos d'une cuiller.



- Ajouter un peu de crème (selon la recette).
- Réduire à nouveau.
- Vérifier la coloration, l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Monter la sauce au beurre sans excès.



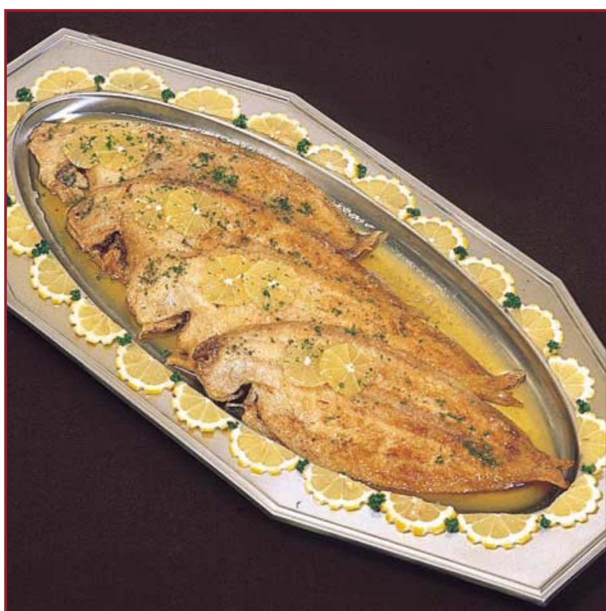
- **Dresser**
  - Escaloper les suprêmes (facultatif). Ils peuvent aussi être escalopés en salle devant le client*.
  - Disposer les suprêmes en diagonale sur le plat de service, la peau sur le dessus.
  - Verser un cordon de sauce tout autour.

** Lorsque les suprêmes sont escalopés en cuisine, la peau peut être retirée délicatement et replacée sur les suprêmes escalopés. Les suprêmes tranchés en cuisine ne sont jamais nappés avec la sauce (risque de surcuisson et de modification de la couleur rosée).*

SAUTER DES POISSONS PORTIONS FAÇON «MEUNIÈRE»

SOLES, TRUITES, DARNES, FILETS, ESCALOPES...

• Soles meunière



Soles meunière



• **Habiller les soles** (voir pages 165 et 166)
  - Les vider et arracher la peau brune.
  - Garder la peau blanche et l'écailler.
  - Les dégorger rapidement et les éponger soigneusement.



• Régler correctement le brûleur (en général à la moitié de sa puissance afin d'obtenir simultanément la cuisson du poisson et la bonne coloration).
• Ajouter dans la poêle un mélange d'huile et de beurre.
• Assaisonner et fariner les poissons :
  - les fariner au dernier moment, et les tapoter pour enlever l'excédent de farine.



• **Marquer les soles en cuisson lorsque le beurre blondit dans la poêle**
  - Les disposer en diagonale dans la poêle, la peau blanche en premier (au-dessous)*1.
  - Les cuire lentement en évitant de faire brûler le beurre.



• Les retourner délicatement lorsqu'elles sont bien dorées :
  - utiliser une spatule métallique ou une fourchette à deux doigts que l'on pique entre les filets juste au-dessous de la tête.



- Les arroser fréquemment avec la matière grasse de cuisson (pour limiter les risques de dessèchement, glisser une lamelle de pomme de terre sous la partie caudale).
- La cuisson des soles épaisses peut être terminée au four.



- **Contrôler la cuisson**
  - Appuyer légèrement au-dessous de la tête, les filets doivent s'écarter légèrement de l'arête.



- **Dresser les soles, la peau blanche cuite en premier sur le dessus***2
  - Les disposer en diagonale dans le plat de service, la tête en haut du plat et à gauche la partie ventrale vers soi.
  - Les arroser avec du jus de citron puis les napper copieusement de beurre noisette.



- **Disposer sur chaque sole une ou deux lamelles de citron pelé à vif**
  - Saupoudrer sans excès de persil haché.

**1 - Retournés, les poissons ou les filets se retrouvent dans le bon sens du dressage et de la présentation.*

**2 – Le plat peut être festonné avec des demi-lamelles de citron cannelé.*

• Truites meunière :



- **Habiller les truites** (voir pages 155 et 156)
  - Gratter le caillot de sang sous un filet d'eau.
  - Les dégorger dans de l'eau glacée et les éponger soigneusement.



• Régler correctement le brûleur (en général à la moitié de sa puissance afin d'obtenir simultanément la cuisson du poisson et la bonne coloration).
• Ajouter dans la poêle un mélange d'huile et de beurre.



• Assaisonner et fariner les poissons.
• **Les fariner au dernier moment** et bien les tapoter pour enlever l'excédent de farine.



• **Marquer les truites en cuisson lorsque le beurre blondit dans la poêle**
- Les disposer en diagonale dans la poêle, la tête de la truite en haut à gauche.
- Les cuire lentement en évitant de faire brûler le beurre (dans le sens opposé au dressage).



• **Les retourner délicatement lorsqu'elles sont bien dorées**
- Glisser une spatule métallique sous toute la longueur de la truite, pour ne pas la casser et la maintenir avec l'autre main (les truites se retrouvent dans le sens du dressage).
- Arroser fréquemment avec la matière grasse.
- Terminer la cuisson et la coloration.



• **Dresser les truites**
- S'assurer de leur cuisson (presser derrière la tête, les deux filets doivent s'écarter légèrement).
- Les dresser en diagonale sur le plat de service, la partie ventrale vers soi.
- Les arroser avec du jus de citron puis les napper copieusement de beurre noisette.



• Disposer sur chaque truite une ou deux rondelles de citron pelé à vif, saupoudrer sans excès de persil haché. Le plat peut être festonné avec des demi-lamelles de citron cannelé.

SAUTER DES FILETS DE POISSON «MEUNIÈRE»





- Escaloper les filets (selon la taille - voir pages 161 et 164).
  - Les éponger soigneusement.
- Les assaisonner et les fariner sans excès au dernier moment.
- Les placer dans la poêle **le côté qui touchait l'arête en premier** (retournés, les filets se retrouvent dans le sens de la présentation).
- Bien les colorer en veillant à ne pas faire brûler le beurre, les retourner et poursuivre la cuisson sur l'autre face.



- **Dresser les filets**
  - S'assurer de la cuisson (à la pression du doigt, il ne doit pas y avoir de résistance).
  - Dresser les filets dans le plat de service. Les arroser de jus de citron et les napper copieusement de beurre noisette.
  - Disposer sur chaque filet une ou deux lamelles de citron pelé à vif.
  - Saupoudrer sans excès de persil haché.

SAUTER DES FILETS DE POISSON PANÉS À L'ANGLAISE

- Saler, poivrer et paner les filets de poisson à l'anglaise, les quadriller avec le dos d'un couteau éminceur (voir pages 342 et 343).



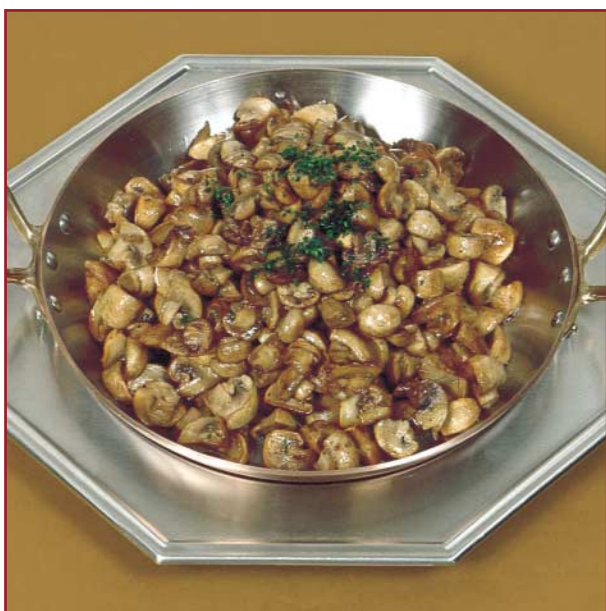
- Disposer les filets de poisson, **le côté quadrillé en premier dans la poêle**. Le beurre doit commencer à blondir dans l'huile.
- **Cuire lentement**, car la mie de pain colore rapidement.
- Déplacer fréquemment la poêle du brûleur afin d'uniformiser la coloration.
- Retourner les filets de poisson délicatement à l'aide d'une spatule large.
- Le coté quadrillé se retrouve dessus.
- Arroser fréquemment durant la cuisson.
- Saler légèrement à nouveau.



- **Dresser**
  - Disposer les filets de poisson en diagonale sur le plat de service.
  - Placer un demi-citron historié par portion et un petit bouquet de persil en branche.
  - Servir une sauce à part (beurre composé, sauce tartare...).

SAUTER DES CHAMPIGNONS

ESCALOPÉS, EN QUARTIERS, ÉMINCÉS



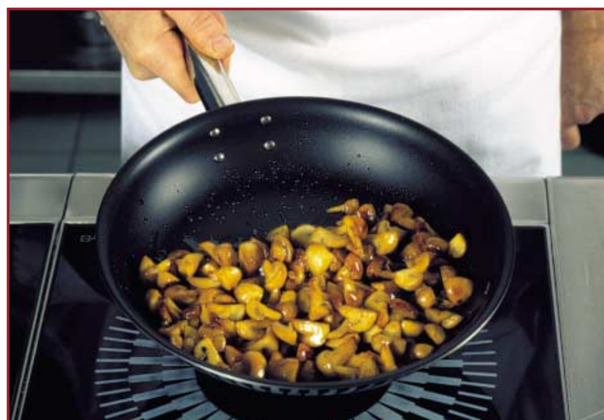
Champignons sautés



• Éplucher et laver soigneusement les champignons (voir page 66).
• Les escaloper, ou les émincer, ou les tailler en quartiers (selon l'utilisation).



• Chauffer le beurre dans une poêle jusqu'à ce qu'il devienne blond. **Les champignons doivent être saisis afin de ne pas rendre leur eau de végétation**.
• Verser les champignons en une seule fois, et par petite quantité.
• **Attendre quelques secondes avant de les sauter** (les champignons froids ont abaissé la température du beurre).



• Les sauter dès qu'ils commencent à colorer. Ils ne doivent pas rendre leur eau (bouillir dans la poêle), sinon ils deviennent secs.



• Assaisonner et débarrasser.

UTILISATIONS

• *Petites garnitures brunes (Grand-mère, bourguignonne, omelettes...).*

SAUTER DES POMMES DE TERRE



Pommes de terre sautées



- Éplucher, laver les pommes de terre.
- Les arrondir en forme de cylindre.
- Les émincer en rondelles régulières de 2 à 3 mm d'épaisseur.
- Les rincer et les éponger soigneusement (risques de projections d'huile et de brûlures).



- Chauffer fortement de l'huile (+ 180 °C) dans une poêle, sur un feu vif.
- Ajouter les pommes de terre soigneusement épongées par petite quantité.



- **Attendre que la température de l'huile remonte avant de les faire sauter.**
- Les sauter régulièrement pour uniformiser la coloration.



- Égoutter les pommes de terre dans une passoire.
- Essuyer la poêle avec du papier absorbant et la remettre sur un feu doux.

SUITE



- Ajouter du beurre cru dans la poêle et le laisser mousser sans coloration.
- Sauter les pommes au beurre et les assaisonner au sel fin.



- Dresser les pommes dans un légumier.
- Les saupoudrer sans excès de persil fraîchement haché.

RISSOLER DES POMMES DE TERRE

POMMES COCOTTE, NOISETTES, PARISIENNE, CHÂTEAU



Pommes cocotte



Pommes noisettes



Pommes château



- Eplucher, laver, tourner ou lever les pommes de terre à la cuiller (voir pages 124 et suivantes).
- **Blanchir les pommes de terre**
  - Utiliser un récipient plat (sauteuse, rondeau).
- **Les répartir sur une seule épaisseur** (elles ne doivent pas se superposer).
- Recouvrir d'eau froide (à la hauteur des pommes de terre).
- Porter à ébullition et écumer soigneusement.



- Égoutter les pommes de terre. **Ne pas les rafraîchir afin de limiter les risques de projection lors du rissolage.**
- Les laisser s'égoutter dans une passoire, ne pas les débarrasser.



- Remettre le récipient propre sur le brûleur.
- Ajouter de l'huile et la faire chauffer fortement + 180/190 °C*.
- Verser les pommes de terre en une seule fois dans l'huile brûlante (attention aux éventuelles projections), les répartir uniformément.
- Ne pas remuer immédiatement (les pommes de terre ont refroidi l'huile).

* Certains professionnels rissolent les pommes de terre dans un mélange d'huile et de beurre, ou au beurre clarifié, mais le beurre brûle fréquemment. Il est préférable de les rissoler à l'huile, de les égoutter soigneusement en fin de cuisson, et de les lier au beurre cru.



- Les retourner délicatement à l'aide d'une écumoire sèche pour régulariser la coloration. **Ne pas saler, les pommes risqueraient d'attacher au récipient.**



- Terminer la cuisson des pommes de terre dans un four très chaud (+ 240/250 °C). **Ne jamais couvrir le récipient (risque de condensation et de projection).**



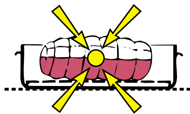
- S'assurer de la cuisson des pommes de terre.
- **Les égoutter immédiatement** (ne pas les laisser s'imprégner de l'huile de cuisson).
- Les débarrasser dans une calotte.



- «Lier» les pommes rissolées au beurre.
- Leur ajouter du beurre cru en parcelles et les saler.
- Dresser immédiatement.

REMARQUE

Les pommes rissolées se cuisent à la commande.



GRILLER

CONCENTRATION

DÉFINITION

Griller, c'est cuire un aliment par contact direct sur un gril, ou éventuellement sous une salamandre. Cette technique de cuisson rapide s'applique plus spécialement à des petites pièces.

Selon la source d'énergie utilisée (gaz, électricité, charbon de bois), la saveur de l'aliment peut être différente.

INSTALLER UN POSTE DE TRAVAIL À LA GRILLADE

(OU UN POSTE DE GRILLARDIN)





- Préchauffer le gril.
- Le brosser énergiquement à l'aide d'une brosse métallique (gril en fonte uniquement) ou d'une brosse en chiendent.
- Le huiler très légèrement.



- **Régler le gril à la température souhaitée**
  - Très chaud pour les viandes rouges peu épaisses et pour quadriller les poissons portions.
  - Moyennement chaud pour les pièces de viandes rouges épaisses et pour les pièces de viandes blanches et les volailles.
- **Prévoir :**
  - **à gauche du gril**, un emplacement pour les pièces à griller,
  - **à droite du gril**, une plaque munie d'une grille pour débarrasser les grillades.
- Ne pas oublier les assaisonnements.

REMARQUE

En fin d'utilisation, le gril et le poste de travail doivent être nettoyés selon la procédure mise en place dans l'établissement.

GRILLER
DES VIANDES ROUGES

STEAKS, «PAVÉS», TOURNEDOS, CHÂTEAUBRIANTS, CÔTE DE BŒUF, D'AGNEAU...



Côtes de bœuf grillées



- **Préparer selon leur nature, les pièces de viande à griller**
  - Détailler.
  - Parer, dénerver, dégraisser, manchonner, ficeler éventuellement.



- Contrôler la température du gril : plus la pièce à griller est fine et plus le gril doit être chaud, les pièces épaisses (côtes de bœuf) et bien cuites se cuisent sur un gril moyennement chaud.
- Huiler sans excès les pièces à griller, utiliser de préférence un pinceau.
- **Marquer les grillades en cuisson**
  - Les placer en diagonale sur le gril.



- **Quadriller la première face.**
- Faire pivoter la pièce d'un quart de tour et la laisser cuire durant quelques minutes selon son épaisseur et le point de cuisson souhaité par le client : **bleu, saignant, à point, bien cuit**.

La face quadrillée en premier correspond au sens de la présentation.



- Retourner les pièces à l'aide d'une spatule (ne pas utiliser une fourchette, le sang risque de s'échapper).
- Quadriller et cuire la deuxième face.

SUITE



- Contrôler l'à-point de la cuisson.
- L'à-point de la cuisson se contrôle à la pression du doigt. Ce système approximatif requiert une grande habitude. La reconnaissance de la fermeté est basée sur la coagulation progressive des protéines.
  - Viande molle, souple à la pression du doigt, tiède au centre : cuisson «**bleue**».
  - Viande souple, un peu plus ferme : cuisson «**saignante**».
  - Moyennement ferme, légère résistance superficielle, perles de sang à la surface : cuisson «**à point**».
  - Protéines coagulées au cœur de la viande, consistance ferme : cuisson «**bien cuite**».



- Débarrasser les grillades sur la plaque munie d'une grille.
- Les pièces de viande épaisses doivent reposer avant d'être dressées.
- Assaisonner : **ne jamais assaisonner à l'avance, ni sur la grillade.**



- **Dresser**
  - Disposer les pièces grillées en diagonale sur le plat de service.
  - Lustrer au beurre clarifié.
  - Disposer un bouquet de cresson, les tiges courtes sous la viande.



REMARQUE

- *Les viandes rouges sont toujours assaisonnées après la cuisson.*
- *La cuisson des viandes très épaisses peut être terminée au four. La température du gril doit être très précise. Elle est fonction de l'épaisseur de la viande à griller et du point de cuisson demandé. Sur un gril trop chaud, le quadrillage est efficace, mais la viande acquiert un goût de corne brûlée, on dit que la viande est ferrée.*

GRILLER DES VIANDES BLANCHES

CÔTES DE PORC, DE VEAU, ESCALOPES...



Côtes de porc grillées



- **Détailler la viande à griller**
  - Parer, dégraisser, manchonner...
  - Ôter le nerf dorsal (s'il est oublié, la côte se déforme à la cuisson).



- Régulariser l'épaisseur (si nécessaire).
  - Utiliser une batte à côtelettes et une feuille de plastique alimentaire humide.



- **Régler la température du gril :** moyennement chaud pour les viandes blanches qui sont généralement consommées juste cuites comme le veau, bien cuites comme le porc.
- Huiler légèrement les grillades.
- Les placer en diagonale sur le gril.



- **Quadriller la première face**
  - Faire pivoter la grillade d'un quart de tour.
  - Laisser cuire.



- **Quadriller et cuire l'autre face**
- Contrôler la cuisson, la consistance doit être ferme au toucher.
- Débarrasser sur grille.
- Dresser, lustrer au beurre et disposer un bouquet de cresson, les tiges courtes sous la viande.

GRILLER DES VOLAILLES ENTIÈRES

COQUELETS, POULETS, PIGEONS



Poulet grillé à l'américaine



- Habiller les volailles, les fendre et les aplatir, soit pour griller «à l'américaine», soit pour griller en crapaudine (voir pages 248 à 250).
- **Inciser au niveau de l'articulation de la cuisse et du gras de cuisse pour favoriser la cuisson.**



- **Mettre en place le poste de travail**
  - Préchauffer le gril*, le brosser et le huiler légèrement.
  - Préparer une plaque pour débarrasser les volailles et pour terminer la cuisson au four.

** Le gril ne doit pas être aussi chaud que pour les viandes rouges. Il faut obtenir simultanément le quadrillage et la cuisson de la viande.*



- **Marquer les volailles en cuisson**
  - Les huiler à l'aide d'un pinceau, les assaisonner.
  - Les poser en diagonale sur le gril, côté peau en premier.



- Laisser cuire et faire pivoter les volailles d'un quart de tour pour obtenir un quadrillage.



• Retourner les volailles à l'aide d'une fourchette et quadriller l'autre face.



• Débarrasser les volailles quadrillées sur une plaque à rôtir, les beurrer légèrement.
• Terminer la cuisson au four à + 200 °C durant 20 à 25 minutes pour un poulet de 1,200 kg.
• S'assurer de la cuisson des volailles :
  - piquer une aiguille à brider dans l'articulation de la cuisse et du gras de cuisse, le liquide qui s'écoule doit être clair sans aucune trace sanguinolente.



• Enlever les petits os de la cage thoracique et du bassin (il est fréquent d'ôter les os «à cru» avant la cuisson, mais il est préférable de les ôter après). Les volailles sont plus moelleuses, moins sèches et plus faciles à retourner (plus rigides). Les os protègent les suprêmes du dessèchement et procurent une meilleure saveur lors de la dégustation.



• **Terminer le poulet grillé à l'américaine**
  - Enduire le poulet de moutarde à l'aide d'un pinceau.



• Le saupoudrer sans excès de mie de pain.



• **Colorer le poulet au four**
  - Arroser le poulet de beurre fondu.
  - Le placer dans un four très chaud + 220 °C / 230 °C pour colorer la mie de pain.



• **Dresser le poulet grillé à l'américaine**
  - Disposer le poulet dans le plat de service, la garniture américaine tout autour (tomates, champignons et bacon grillés, pommes paille).
  - Arroser de beurre noisette.
  - Disposer un bouquet de cresson de chaque côté du poulet.
  - Dresser la sauce à part en saucière.

SUITE

POULET GRILLÉ EN CRAPAUDINE

Méthode pouvant s'appliquer également aux coquelets et aux pigeons.





- **Habiller le poulet et le fendre «en crapaudine» (voir page 250).**
  - Inciser les articulations de la cuisse et du gras de cuisse, pour favoriser la cuisson.



- Préchauffer le gril.
- Huiler le poulet, l'assaisonner.
- Le poser en diagonale sur le gril, le côté peau en premier.



- **Quadriller le poulet**
  - Le faire pivoter d'un quart de tour pour obtenir un quadrillage.



- Retourner le poulet et quadriller l'autre face.
  - Terminer la cuisson au four comme précédemment.



- **Dresser**
  - Disposer le poulet sur le plat de service.
  - Arroser de beurre noisette.
  - Placer deux rondelles d'œufs durs et deux lamelles d'olives noires pour simuler les yeux du crapaud.
  - Disposer un bouquet de cresson à l'arrière, les tiges courtes placées sous le poulet.
  - Dresser la sauce à part, en saucière.

GRILLER DES POISSONS PORTIONS



Soles grillées



Rougets grillés niçoise



- **Habiller les poissons portions** (voir pages 155, 156, 162, 165 et 166).
  - La peau grise des soles est arrachée, la peau blanche parfaitement écaillée est maintenue.
- Les dégorger rapidement et les éponger soigneusement.



- Placer les poissons dans une marinade instantanée (voir page 335) : huile, thym et laurier broyés, lamelles de citrons pelés à vif...



- **Mettre en place le poste de travail**
  - Préchauffer le gril, le brosser énergiquement à l'aide d'une brosse métallique ou en chiendent.
  - Le huiler légèrement avec du papier absorbant.
  - Préparer une plaque pour débarrasser les poissons grillés.
  - Préparer les assaisonnements.

SUITE



- **Griller les poissons**
  - Égoutter les poissons de la marinade.
  - Les assaisonner.
- Poser les poissons en biais sur le gril : **les soles sont placées côté peau blanche en premier**.



- Faire pivoter délicatement les poissons d'un quart de tour pour les quadriller.
- Utiliser une fourchette et piquer dans l'arête juste au-dessous de la tête pour les déplacer.



- Retourner les poissons pour quadriller l'autre face.

REMARQUE

- *La face de présentation est toujours quadrillée en premier (peau blanche pour les soles et les turbotins par exemple). Selon l'intensité du gril, les soles peuvent être légèrement farinées, cette méthode permet d'obtenir un beau quadrillage sans fumées excessives.*



- **Terminer éventuellement la cuisson des poissons au four**
  - Disposer les poissons sur une plaque huilée.
  - Protéger la partie caudale des poissons (la moins épaisse) à l'aide de deux lamelles de pomme de terre afin d'éviter le dessèchement au four.
  - Huiler les poissons avec de la marinade.
  - Terminer la cuisson au four à + 220 °C / 230 °C.



- **Contrôler la cuisson des poissons**
  - Presser délicatement la partie la plus épaisse sous la tête. Les deux filets doivent se séparer et se décoller de l'arête.



- **Dresser**
  - Les dresser en diagonale sur un plat beurré, la tête en haut du plat et à gauche.
  - Les lustrer au beurre clarifié.
  - Disposer un demi-citron historié par portion, avec un petit bouquet de persil en branches.
  - Dresser la sauce ou le beurre composé à part en saucière.

GRILLER DES DARNES DE SAUMON, DES «STEAKS» DE THON ET DES TRONÇONS DE TURBOT



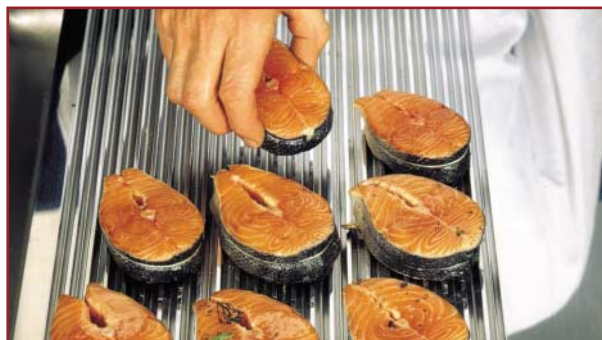
Darnes de saumon grillées



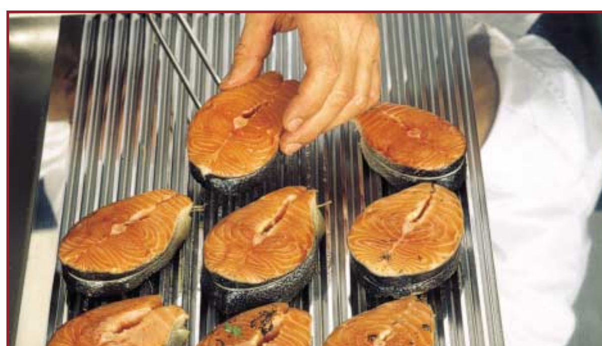
Steaks de thon grillés



- Habiller les poissons, les dégorger et les éponger.
- **Les détailler, les ficeler, puis les mettre en marinade instantanée** **(voir page 335).**



- Assaisonner, puis placer les darnes sur le gril très chaud et huilé.



- **Quadriller les darnes**
  - Les faire pivoter délicatement d'un quart de tour.
  - Utiliser de préférence une fourchette.



- Retourner les darnes pour quadriller l'autre face.



- **Contrôler la cuisson**
  - Piquer l'arête centrale à l'aide de la fourchette, l'arête doit se retirer facilement de la chair.
- **Dresser sur plat beurré**
  - Lustrer et disposer des citrons historiés et des petits bouquets de persil en branche.

GRILLER DES POISSONS ÉPAIS

DAURADES, BARS, TURBOTINS...



Daurades grillées



- Habiller les poissons.
- Les dégorger sans excès. Les turbotins peuvent être bridés.
- Les éponger soigneusement.
- Les placer dans une marinade instantanée.



- **Les assaisonner puis les quadriller sur le gril très chaud (voir précédemment).**
- **Terminer la cuisson au four**
  - Débarrasser les poissons sur une plaque huilée.
  - Protéger la partie caudale du dessèchement : la placer entre deux lamelles de pomme de terre.
  - Huiler les poissons avec de la marinade.
  - Terminer la cuisson dans un four à + 220 °C.



- **Contrôler la cuisson**
  - Presser délicatement la partie la plus épaisse juste au-dessous de la tête. Les deux filets doivent se séparer de l'arête sans résistance.



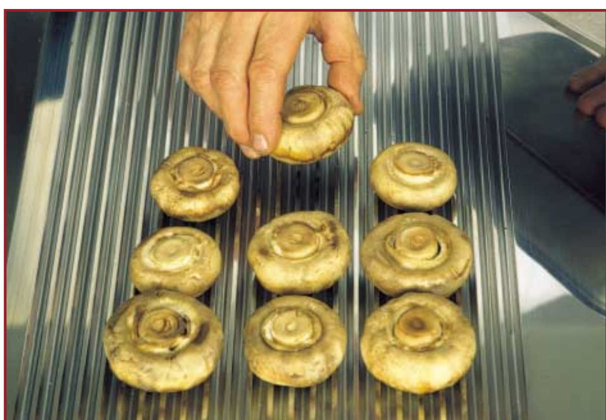
- **Dresser**
  - Dresser sur un plat beurré avec citrons historiés et persil en branche.
  - Lustrer au beurre clarifié.

GRILLER DES CHAMPIGNONS ET DES TOMATES



• Éplucher, araser la queue et laver soigneusement les champignons.
- Les éponger et les huiler.
• Laver et essuyer soigneusement les tomates, ôter leur pédoncule et les huiler.

GRILLER DES CHAMPIGNONS



• Disposer les champignons sur le gril très chaud.
• Les faire pivoter d'un quart de tour pour les quadriller.

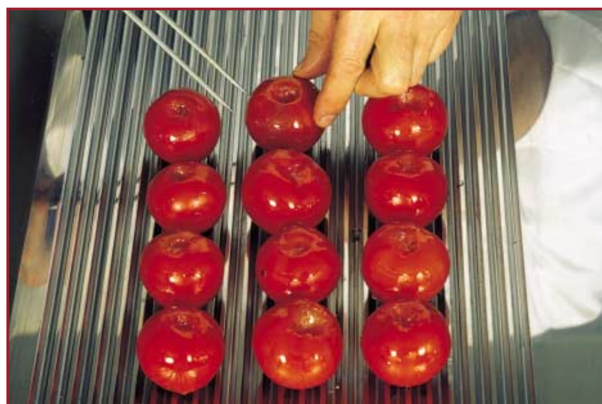


• Les retourner et quadriller éventuellement le dessous.

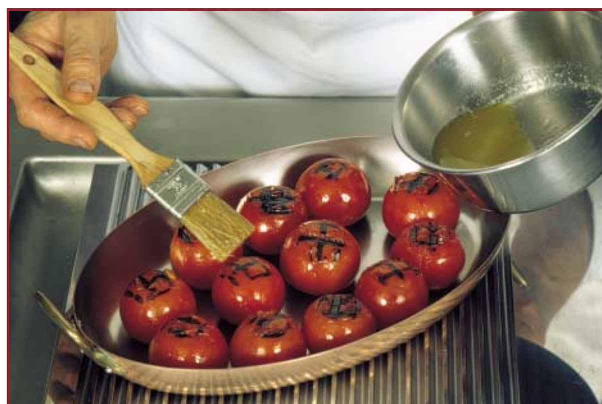


• Les débarrasser dans une plaque allant au four.
• Les beurrer à l'aide d'un pinceau.
• Les assaisonner.
• Terminer la cuisson au four à + 210 °C/220 °C durant cinq à huit minutes (selon la grosseur).

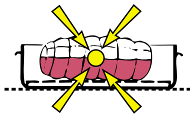
GRILLER DES TOMATES



• Disposer les tomates sur le gril très très chaud.
• Les faire pivoter d'un quart de tour pour les quadriller (il n'est pas nécessaire de quadriller le côté pédoncule).



• Débarrasser les tomates quadrillées dans une plaque allant au four.
• Les beurrer à l'aide d'un pinceau.
• Les assaisonner.
• Terminer la cuisson au four à + 210 °C / 220 °C durant quelques minutes (attention : la cuisson des tomates est très rapide, trop cuites, elles s'effondrent facilement).



RÔTIR

CONCENTRATION

DÉFINITION

Rôtir, c'est cuire un aliment à découvert avec peu de matière grasse dans un four, à la broche ou par rayonnement dans une rôtissoire.

Cette technique de cuisson s'applique plus spécifiquement à des petites pièces de viande, de 1ère et de 2ème catégories, provenant d'animaux jeunes et tendres.

L'aliment rôti est généralement accompagné d'un bouquet de cresson et d'un jus de rôti obtenu par le déglaçage des sucs et servi à part en saucière.

RÔTIR DES VIANDES ROUGES

CONTRE-FILET, FILET, TRAIN DE CÔTES DE BŒUF...
CARRÉ, SELLE, GIGOT D'AGNEAU...

Contre-filet



Contre-filet rôti



- **Parer le contre-filet** (voir pages 223 et 224)
  - Replacer la partie grasse sur le dessus et le ficeler.
  (Il n'est pas nécessaire de barder les pièces de viandes rouges à cuisson rapide).



- **Marquer le contre-filet en cuisson**

Première méthode avec rissolage au préalable *(lorsque le four n'est pas très performant ou dans le cas d'une cuisson en quantité importante).*
- Préchauffer le four au maximum.
- Assaisonner le contre-filet *(jamais dans la plaque à rôtir, le jus obtenu par le déglaçage des sucs risquerait d'être trop salé)*.*
- Placer la plaque à rôtir sur un feu vif, faire revenir le contre-filet à l'huile ou dans un mélange d'huile et de beurre clarifié.
- Ajouter les parures maigres tout autour.
- Placer la plaque dans le four.
- Régler la grille du four au tiers de la hauteur.



- **Marquer le contre-filet en cuisson**

Deuxième méthode *(lorsque le four est très performant et remonte très vite en température).*
- Assaisonner le contre-filet (jamais dans la plaque à rôtir)*.
- Le placer dans une plaque à rôtir sur les parures maigres.
- Arroser de beurre fondu ou d'huile.
- Saisir dans le four très chaud à + 240 °C/250 °C durant une dizaine de minutes.
- Baisser la température du four à + 200 °C/220 °C.

* *Ne jamais saler les viandes rouges à l'avance (juste avant la cuisson et légèrement après). Le sel fait ressortir le sang.*



- **Surveiller la cuisson**
- Arroser le contre-filet durant la cuisson.
- Le retourner à l'aide d'une spatule ou d'une écumoire sans le piquer (**ne jamais utiliser une fourchette**).
- Contrôler et rectifier la température du four si nécessaire ; les sucs doivent caraméliser progressivement sans brûler. *Si un exudat s'échappe du contre-filet, il faut augmenter immédiatement la température du four.*



- **Contrôler la cuisson du contre-filet**
  - Soit à la pression du doigt (voir cours de technologie).
  - Soit à l'aide d'une thermo-sonde : entre + 52 °C et + 54 °C à cœur, le contre-filet est saignant.
- Le retirer du four vers + 45 °C, la température au cœur du contre-filet continue d'augmenter en dehors du four durant une dizaine de minutes.



- **Débarrasser le contre-filet**
  - Le débarrasser sur une plaque munie d'une grille ou d'une assiette retournée, afin que le jus ou le sang qui s'écoule éventuellement ne soit pas en contact avec la viande (ramollissement de la croûte).
  - **Assaisonner à nouveau** et réserver le contre-filet à + 40 °C/45 °C.
- Il doit reposer durant une durée identique à la cuisson (30 minutes au moins selon la grosseur et le poids de la pièce).

RÉALISER LE JUS DE RÔTI



- **Réaliser le jus de rôti**
  - Ajouter éventuellement dans la plaque à rôtir, une très petite quantité de garniture aromatique taillée en petits dés (mirepoix fine).
  - Faire pincer sans excès les sucs et la garniture aromatique sur un feu nu. Trop pincé, le jus de rôti risque de devenir amer.



- **Dégraisser et déglacer**
  - Basculer la graisse de cuisson dans un petit récipient et déglacer soit avec un peu de fond brun de veau clair, soit avec de l'eau ou soit avec les deux.
  - Bien dissoudre les sucs caramélisés.
  - Réduire le jus afin qu'il soit suffisamment corsé.
  - Assaisonner.

SUITE



- Passer le jus de rôti au chinois étamine.
- Le réserver à couvert au bain-marie à plus de + 63 °C.



- **Dresser le contre-filet**
  - Déficeler, puis remettre le contre-filet en température à l'entrée du four, supprimer l'entame.
  - Verser un peu de jus de rôti au fond du plat et arroser le contre-filet avec du beurre noisette.
  - Disposer un bouquet de cresson (les tiges courtes sous la viande).
  - Dresser le reste du jus de rôti brûlant en saucière.

PRÉCAUTIONS :

- *Ne jamais saler les viandes rouges à l'avance (juste avant la cuisson et légèrement après). Le sel fait sortir le sang.*
- *Retourner les pièces de viande rouge à l'aide d'une écumoire ou d'une spatule en exoglass. Ne jamais piquer la viande avec une fourchette. Le sang risque de s'échapper.*
- *Le jus de rôti est clair, il est obtenu par déglaçage des sucs. En aucun cas il ne doit être lié.*
- *Les sucs doivent être légèrement pincés, trop caramélisés ils procurent un jus amer.*
- *Choisir une plaque à rôtir de grandeur appropriée, dans une plaque trop grande, les sucs risquent de brûler et le jus de rôti sera amer.*
- *En aucun cas, les sucs ne doivent être déglacés durant la cuisson de la viande (la vapeur dégagée ramollit la coagulation superficielle de la viande).*
- ***Ne jamais verser de jus de rôti sur les viandes rouges lorsqu'elles sont découpées en cuisine (risques de surcuisson et de modification de l'aspect et de la couleur de la viande).***

RÔTIR DES CARRÉS D'AGNEAU



- Parer les carrés (voir pages 215 et 216), bien les manchonner et ne pas oublier d'enlever les nerfs dorsaux (*les carrés d'agneau ne sont jamais ficelés*).
- Protéger éventuellement les manches avec du papier d'aluminium.



- **Marquer les carrés en cuisson**
  - Assaisonner les carrés (jamais dans la plaque à rôtir).
  - Les placer sur les os concassés et les parures maigres.
  - Les saupoudrer facultativement de fleur de thym ou d'herbes de Provence.
  - Arroser de beurre fondu ou d'huile.



- Saisir à four très chaud (+ 250 °C). *Plus il y a de carrés à rôtir, plus le four doit être chaud.*
- Cuire les carrés durant 10 minutes, puis réduire la température à + 200 °C.
- Finir la cuisson durant encore 10 minutes pour un carré de 1 kg.
- S'assurer de la cuisson à la pression du doigt, les carrés doivent être rosés.



- **Réaliser le jus de rôti**
  (Idem contre-filet et gigot d'agneau rôti).
  La garniture aromatique du jus de rôti d'agneau comporte en plus de la brunoise de carotte et d'oignon, des gousses d'ail égermées et écrasées et une brindille de thym.



- **Débarrasser les carrés**
  - Les débarrasser sur une plaque munie d'une grille ou d'assiettes retournées.
  - Les assaisonner à nouveau.
- *Les carrés doivent reposer durant une vingtaine de minutes avant d'être découpés.*
- Réserver les carrés à environ + 40 °C.



- **Dresser les carrés**
  - Enlever s'il y a lieu le papier d'aluminium qui protège les manches.
  - Disposer les carrés sur les plats de service et les placer sur la porte du four pour les remettre en température.
  - Verser un peu de jus de rôti au fond du plat et arroser les carrés avec du beurre noisette.
  - Disposer harmonieusement un bouquet de cresson, les tiges placées sous la viande.

PERSILLER DES CARRÉS D'AGNEAU

- **Réaliser la persillade**
  Beurre en pommade, ail et persil haché, mie de pain tamisée, fleur de thym, herbes de Provence…



- Masquer uniformément les carrés avec la persillade.



- Les colorer sous la salamandre.
- Dresser.

RÔTIR DES SELLES D'AGNEAU



- Parer, dégraisser et ficeler les selles (voir pages 217 et 218).
- Les assaisonner, puis les placer sur les parures maigres.
- Les arroser de beurre fondu ou d'huile.
- Les rôtir à + 220 °C/230 °C, durant 30 à 35 minutes pour des selles de 1,600 kg parées.



- Contrôler la cuisson à cœur.
- Les débarrasser et les assaisonner à nouveau.
- Les laisser reposer durant une trentaine de minutes à + 40 °C.
- Déficeler, dresser.
- Arroser de jus de rôti et de beurre noisette.

RÔTIR UN GIGOT D'AGNEAU



Gigot rôti



• Parer, désosser le quasi, manchonner et ficeler le gigot (voir pages 210 et 211).



• **Marquer le gigot en cuisson**
- Préchauffer le four à + 230 °C/ 240 °C.
- Assaisonner le gigot.
- Le placer dans une plaque de grandeur appropriée, sur les os concassés et les parures maigres.
- Arroser de beurre fondu ou d'huile.



• Saisir le gigot durant une dizaine de minutes à + 230 °C/ 240 °C, puis réduire la température du four à + 200 °C.
• **Arroser le gigot durant la cuisson** et le retourner pour régulariser sa cuisson.
• Laisser cuire durant 40 à 45 minutes pour un gigot raccourci, ou 50 à 55 minutes pour un gigot de 2,800 kg brut.



• **Contrôler l'à-point de la cuisson**
Méthode demandant de l'expérience.
• Introduire son doigt à l'intérieur du gigot le long du fémur. Le centre doit être tiède (environ + 40 °C à cœur).

SUITE



Autre méthode.
- Glisser la pointe d'une thermo-sonde le long de l'os, arrêter la cuisson à + 40 °C/+ 45 °C à cœur dans la partie la plus large et la plus épaisse du gigot.



- **Débarrasser le gigot**
  - Le placer sur une plaque munie d'une grille ou d'assiettes retournées et le réserver à + 40 °/+ 50 °C.
  - L'assaisonner à nouveau légèrement. Le gigot doit reposer de 30 à 40 minutes au minimum avant d'être découpé.

RÉALISER LE JUS DE RÔTI



- Dégraisser partiellement la plaque à rôtir.
- Ajouter une très petite quantité de garniture aromatique taillée en petits dés (mirepoix).
- Faire pincer sans excès les sucs et la garniture aromatique sur un feu nu. Trop pincé, le jus risque de devenir amer.



- **Dégraisser et déglacer les sucs**
  - Basculer le reste de la graisse dans un petit récipient. *Il est possible d'en garder un petit peu, le jus sera meilleur.*
  - Déglacer les sucs avec de l'eau ou du fond brun d'agneau clair.
  - Bien dissoudre les sucs caramélisés.



- Ajouter de l'ail écrasé et des brindilles de thym.
- Réduire le jus afin qu'il soit suffisamment corsé.
- L'assaisonner.



- Passer le jus de rôti au chinois étamine.
- Le réserver au bain-marie et à couvert à une température supérieure à + 63 °C.



• **Dresser le gigot**
- Déficeler, puis le remettre en température à l'entrée d'un four.
- Verser un peu de jus de rôti au fond du plat et arroser le gigot de beurre noisette.
- Disposer un bouquet de cresson (les tiges courtes glissées sous la viande).
- Dresser le reste du jus de rôti brûlant en saucière.

REMARQUE

- *Les viandes rouges doivent impérativement reposer après la cuisson. Les phénomènes de concentration et d'expansion permettent d'avoir une couleur intérieure rosée et uniforme à la découpe (voir cours de technologie). Certains professionnels piquent les gigots avec des petits bâtonnets d'ail.*
- *Si le gigot est tranché en cuisine, il n'est jamais arrosé de beurre noisette, ni de jus de rôti bouillant (le jus bouillant modifie la cuisson, la couleur et l'aspect des tranches de viande).*



PRÉCAUTIONS

- *Ne jamais saler les viandes rouges à l'avance (juste avant la cuisson et légèrement après). Le sel en fait sortir le sang.*
- *Retourner les pièces de viande rouge à l'aide d'une écumoire ou d'une spatule en exoglass. Ne jamais piquer les viandes rouges avec une fourchette. Le sang risque de s'échapper.*
- *Le jus de rôti est clair, il est obtenu par déglaçage des sucs. En aucun cas il ne doit être lié.*
- *Les sucs doivent être légèrement pincés, trop caramélisés, le jus risque de devenir amer.*
- *Choisir une plaque à rôtir de grandeur appropriée, dans une plaque trop grande, les sucs risquent de brûler et le jus de rôti sera amer.*
- *En aucun cas, les sucs ne doivent être déglacés durant la cuisson de la viande (la vapeur dégagée ramollit la coagulation superficielle de la viande).*

RÔTIR DES VOLAILLES

COQUELETS, POULETS, CHAPONS, DINDE, CANETON...

RÔTIR UN POULET



Poulet rôti



- **Habiller** et **brider** les volailles (voir pages 237 à 243).
- Protéger les pattes en les enveloppant dans du papier aluminium.



- Saler intérieurement et extérieurement les poulets.

SUITE



- Les disposer sur le côté dans une plaque à rôtir de grandeur appropriée *(trop grande les sucs brûlent et le jus de rôti est amer)*.
- Placer les abattis concassés tout autour (gésier, cœur, pointes d'ailerons, cou).
- Arroser les poulets de beurre fondu ou d'huile.



- **Marquer les poulets en cuisson**
  - Placer la plaque à rôtir dans un four préchauffé à + 200 °C durant 40 à 45 minutes pour un poulet de 1,200 kg, 50 à 55 minutes pour un poulet d'1,400 kg.
  - Cuire les poulets 15 minutes sur un côté, puis retourner les poulets sur l'autre côté en utilisant une fourchette fine piquée dans l'articulation du gras de cuisse et de la cuisse.



- Placer les poulets sur le dos et continuer la cuisson en les arrosant fréquemment.



- **S'assurer de la cuisson des poulets**
  - Les piquer à l'aide d'une fourchette dans l'articulation du gras de cuisse et les égoutter sur une assiette. Le liquide qui s'écoule des poulets cuits à point doit être clair sans aucune trace sanguinolente. Si le liquide est légèrement rosé remettre le poulet en cuisson.



- **Débarrasser les poulets**
  - Les égoutter et les débarrasser sur une plaque.
  - Resaler légèrement la peau si nécessaire.
  - Les maintenir au chaud durant la réalisation du jus de rôti.

RÉALISER LE JUS DE RÔTI



- Placer la plaque à rôtir sur un feu doux.
- Ajouter facultativement une très petite quantité de garniture aromatique taillée en fine mirepoix.
- Faire pincer les sucs sans excès.



- Dégraisser.
- Basculer la plus grande partie de la graisse de cuisson dans un petit récipient.
- Déglacer avec un peu d'eau, ou du fond blanc ou brun de volaille.
- Bien dissoudre les sucs caramélisés.
- Réduire le jus afin qu'il soit suffisamment corsé.
- Assaisonner et vérifier la couleur.



- Passer le jus de rôti au chinois étamine et le réserver à couvert au bain-marie à une température supérieure à + 63 °C.



- **Dresser les poulets rôtis**
  - Débrider les poulets, puis les placer sur la porte du four pour les remettre en température.
  - Les disposer sur le plat de service.
  - Verser un peu de jus de rôti dans le fond du plat.
  - Arroser les poulets avec du beurre noisette.
  - Disposer un bouquet de cresson à l'arrière des poulets, les tiges sous les poulets.
  - Dresser le reste du jus de rôti brûlant en saucière.

RÔTIR UN PINTADEAU



Pintadeaux rôtis



- **Habiller, brider les pintadeaux**
  - Les assaisonner intérieurement et extérieurement.
  - Protéger les poitrines avec une barde de lard et les pattes avec du papier d'aluminium.



- **Marquer les pintadeaux en cuisson**
  - Les disposer sur le côté dans une plaque à rôtir de grandeur appropriée.
  - Les arroser avec du beurre clarifié ou de l'huile.
  - Les rôtir 10 minutes sur un côté, les retourner puis les cuire 10 minutes à nouveau sur l'autre côté.

SUITE



• Retourner les pintadeaux en les piquant à l'aide d'une fourchette fine piquée dans l'articulation du gras de cuisse et de la cuisse.



• **Terminer la cuisson des pintadeaux**
- Les placer sur le dos.
- Finir la cuisson durant une dizaine de minutes pour des pintadeaux de 0,800 kg. Il faut environ 40 à 50 minutes de cuisson pour des pintades de 1,200 kg.
- Arroser fréquemment durant la cuisson.



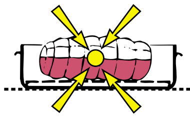
• **Contrôler la cuisson des pintadeaux**
- Le jus et la graisse qui s'écoulent ne doivent comporter aucune trace sanguinolente.
- Débarrasser les pintadeaux et réaliser le jus de rôti (idem pour les poulets rôtis).



• **Dresser les pintadeaux**
- Les débrider, puis les disposer sur le plat de service.
- Les placer à l'entrée du four pour les remettre en température.
- Verser un peu de jus de rôti au fond du plat.
- Arroser les pintadeaux avec du beurre noisette.
- Replacer les bardes de lard sur la poitrine des pintadeaux.
- Disposer un ou deux bouquets de cresson à l'arrière des pintadeaux.

REMARQUE

• *Certains professionnels précuisent les très grosses volailles par pochage dans un fond blanc de volaille corsé avant de les rôtir (chapons, dindes). En règle générale, les très grosses volailles sont pochées durant une trentaine de minutes puis égouttées soigneusement. La cuisson est terminée lentement dans un four à + 180/200 °C. Le jus de rôti est réalisé par déglaçage avec le fond blanc de pochage.*



POÊLER

CONCENTRATION

DÉFINITION

Poêler, c'est cuire un aliment au four, avec du beurre, dans un récipient haut muni d'un couvercle. Une garniture aromatique (matignon ou mirepoix) apporte une ambiance humide et parfumée.

Cette technique de cuisson s'applique plus spécifiquement à de grosses pièces de viandes blanches de boucherie ou de volailles qui risqueraient de sécher si elles étaient rôties.

POÊLER DES GROSSES PIÈCES DE VIANDES BLANCHES OU DE VOLAILLES

NOIX, CARRÉ, ROGNONNADE DE VEAU, POULARDE, CANETON, CHAPON...

IÈRE MÉTHODE



Carré de veau poêlé Bruxelloise



- **Préparer la garniture aromatique**
  - Émincer grossièrement les carottes et les oignons.
  - Laver et concasser les tomates.
  - Réaliser un bouquet garni.



- **Préparer les pièces de viandes**
  - Brider les poulardes en entrée (voir pages 241 et 242).
  - «Habiller», manchonner, ficeler les carrés (voir pages 226 à 228).



- **Marquer la pièce de viande en cuisson**
  - Placer un récipient creux à fond épais sur un feu doux.
  - Assaisonner la pièce de viande et l'arroser copieusement de beurre fondu.
  - La faire rissoler lentement sur toutes ses faces (en aucun cas le beurre ne doit brûler).



- Ajouter les carottes et les oignons de la garniture aromatique tout autour de la pièce de viande, mais pas dessus.

SUITE



- Couvrir hermétiquement le récipient et le placer dans un four à + 200 °C.
- Retourner la pièce de viande, et l'arroser fréquemment durant la cuisson.
- Ôter le couvercle si nécessaire quelques minutes avant la fin de la cuisson pour régulariser la coloration (elle doit être juste blonde).
- Ajouter le reste de la garniture aromatique (tomates et bouquet garni).

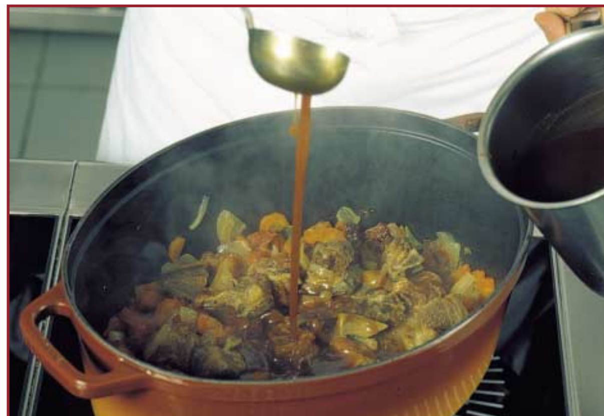


- S'assurer de la cuisson.
- Débarrasser la pièce de viande sur une plaque, la couvrir et la réserver au chaud durant la réalisation du fond de poêlage.

RÉALISER LE FOND DE POÊLAGE



- Placer le récipient de cuisson sur un feu doux.
- Pincer sans excès les sucs (si nécessaire). Trop pincé, le fond de poêlage sera amer.
- Déglacer les sucs avec du vin blanc, du Porto ou du Madère (selon la recette).
- Réduire le vin pour éliminer l'acidité.



- Ajouter le fond brun de veau ou de volaille (selon le cas), légèrement lié et corsé.
- Le laisser réduire lentement, **un fond de poêlage doit être très légèrement lié et corsé**.

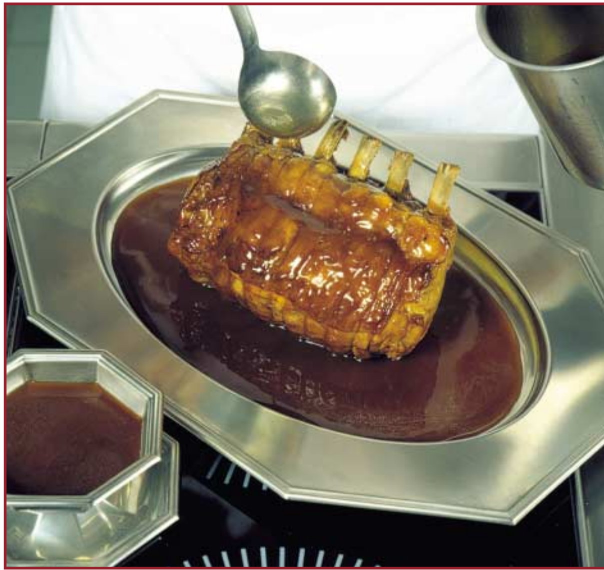


- **Passer le fond de poêlage au chinois étamine**
  - Ne pas fouler.
  - Dégraisser soigneusement à l'aide d'un petit pochon.
  - Vérifier l'assaisonnement.
- Réserver le fond de poêlage au bain-marie et à couvert à plus de + 63 °C.

GLACER LA PIÈCE DE VIANDE



- Glacer la pièce sous la salamandre ou à l'entrée d'un four très chaud en l'arrosant sans cesse avec une partie du fond de poêlage.



- Dresser.
- Les pièces poêlées sont de préférence dressées dans un plat creux ou dans une cocotte, la petite garniture d'appellation est toujours servie tout autour. Exemple : canard aux navets, carré de veau poêlé bruxelloise...

REMARQUE

- *Les pièces tranchées en cuisine ne sont pas nécessairement glacées. Lors du dressage, le fond de poêlage est placé au-dessous, les tranches ne sont jamais nappées.*



Carré de veau poêlé Choisy

POÊLER DES GROSSES PIÈCES DE VIANDES BLANCHES OU DE VOLAILLES

NOIX, CARRÉ, ROGNONNADE DE VEAU, POULARDE, CANETON, CHAPON...

2ÈME MÉTHODE



Caneton aux navets



- Habiller et brider la volaille en entrée (voir pages 250 à 252).
- Habiller la pièce de veau ou de porc (voir pages 226 à 228).

SUITE



- **Préparer la garniture aromatique**
  - Émincer grossièrement les carottes et les oignons.
  - Laver et concasser les tomates.
  - Réaliser un bouquet garni.



- **Marquer la pièce de viande en cuisson**
  - L'assaisonner (jamais dans le récipient de cuisson).



- Placer la pièce à poêler dans un récipient creux à fond épais (les volailles sont placées sur le côté).
- Arroser copieusement de beurre fondu.



- Ajouter tout autour les carottes et les oignons de la garniture aromatique (réserver les tomates et le bouquet garni pour la fin).
- Couvrir le récipient et le placer dans un four à + 200 °C. Il faut environ 1h pour poêler une petite volaille de 1,200 kg, 1h20 à 1h30 pour un carré de veau ou de porc.



- Retourner et arroser la pièce de viande durant la cuisson.
- Veiller à ne pas laisser de garniture aromatique sur la pièce de viande lors de l'arrosage.
- Ôter le couvercle si nécessaire quelques minutes avant la fin de la cuisson (selon la coloration).
- Ajouter le reste de la garniture aromatique (tomates et bouquet garni).



- **S'assurer de la cuisson**
  - Le jus ou la graisse qui s'écoule d'une volaille correctement poêlée ne doit pas comporter de traces sanguinolentes.



- **Débarrasser la pièce de viande poêlée**
  - La débarrasser dans une plaque, la maintenir au chaud recouverte d'une feuille de papier d'aluminium durant la réalisation du fond de poêlage.

RÉALISER LE FOND DE POÊLAGE



- Placer le récipient de cuisson sur un feu doux.
- Pincer sans excès les sucs (si nécessaire), trop pincé le fond de poêlage sera amer.
- Déglacer les sucs avec du vin blanc, du Porto ou du Madère (selon la recette).
- Réduire le vin pour éliminer l'acidité.



- Ajouter le fond brun de veau ou de volaille (selon le cas), légèrement lié et corsé.
- Le laisser réduire lentement, **un fond de poêlage doit être très légèrement lié et corsé**.

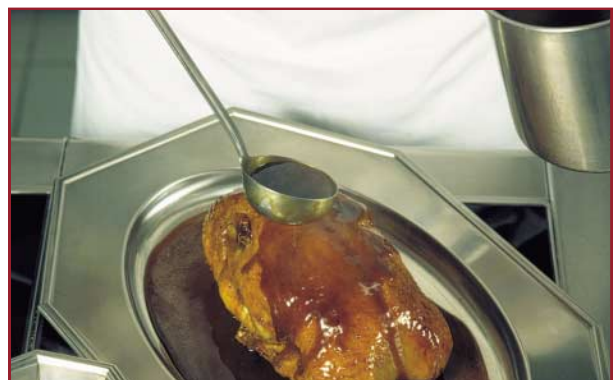


- **Passer le fond de poêlage au chinois étamine**
  - Ne pas fouler.
  - Dégraisser soigneusement à l'aide d'un petit pochon.
  - Vérifier l'assaisonnement.
- Réserver le fond de poêlage au bain-marie et à couvert, à plus de + 63 °C.

GLACER LA PIÈCE DE VIANDE



- Glacer la pièce sous la salamandre ou à l'entrée d'un four très chaud en l'arrosant sans cesse avec une partie du fond de poêlage, elles doit être recouverte d'une pellicule de fond de poêlage particulièrement brillante.



- Dresser.
- Les pièces poêlées sont de préférence dressées dans un plat creux ou dans une cocotte, la petite garniture d'appellation est toujours servie tout autour. Exemple : canard aux navets, carré de veau poêlé bruxelloise...

REMARQUE

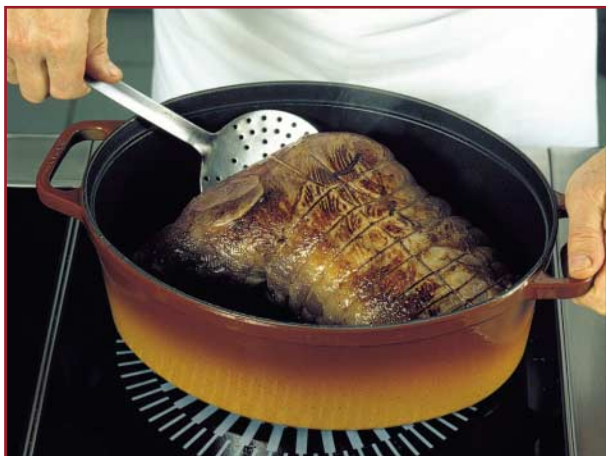
- *Les pièces tranchées en cuisine ne sont pas nécessairement glacées. Lors du dressage, le fond de poêlage est placé au-dessous, les tranches ne sont jamais nappées.*

POÊLER UN CUISSOT DE JEUNE SANGLIER

- Dépouiller, parer, ôter l'os du quasi et scier la crosse du cuissot.
- **Le placer dans une marinade** *(vin rouge, cognac, huile, vinaigre, carottes, oignons, ail, céleri, bouquet garni, poivre en grains, baies de genièvre, clou de girofle...). (Voir pages 332 à 334).*
- Le cuissot peut être piqué de lard gras ou lardé.



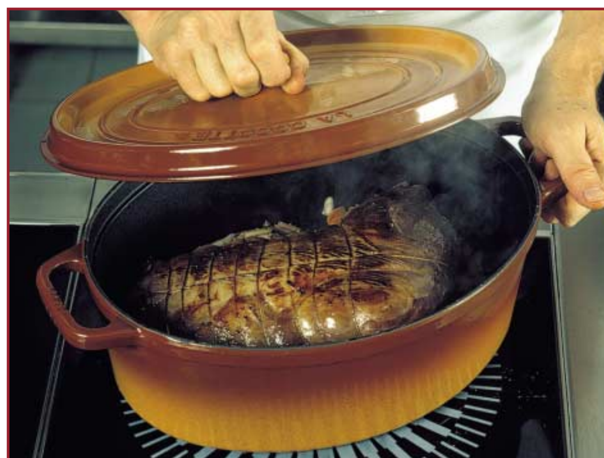
- Égoutter soigneusement le cuissot et la garniture aromatique de la marinade.



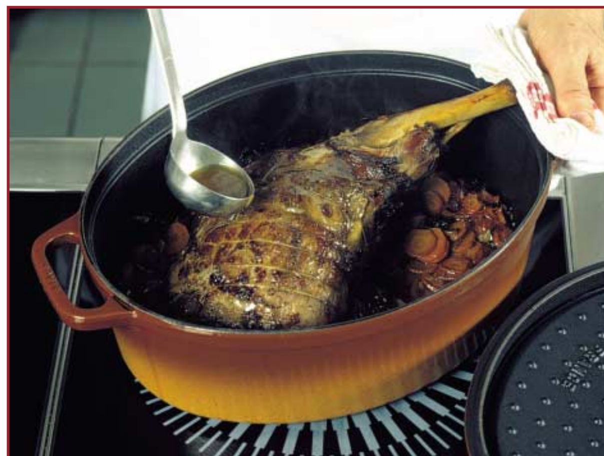
- Saler, poivrer puis faire revenir le cuissot au beurre dans un récipient creux muni d'un couvercle.
- Le débarrasser.



- Ajouter les légumes de la marinade et les suer durant quelques minutes.
- Placer le cuissot rissolé sur la garniture aromatique.



- Couvrir le récipient et cuire au four à + 200 °C durant 1h30 minutes à 1h45 minutes pour un cuissot de 3 kg brut.



- Arroser fréquemment le cuissot durant la cuisson.
- S'assurer de la cuisson.
- Débarrasser le cuissot et le réserver au chaud.

RÉALISER LE FOND DE POÊLAGE



- Pincer les sucs si nécessaire.
- Déglacer le récipient avec une partie de la marinade réduite.
- Réduire à nouveau des 3/4.



- Ajouter de la sauce poivrade ou éventuellement de la sauce demi-glace ou du fond brun de veau légèrement lié et corsé.
- Réduire à nouveau.



- Vérifier l'onctuosité, la couleur et l'assaisonnement, ajouter si nécessaire un peu de mignonnette ou du poivre du moulin.
- Passer la sauce au chinois étamine.
- Dégraisser soigneusement.

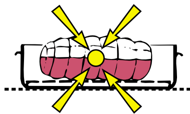
- Glacer le cuissot.
- Le déficeler puis l'arroser sans cesse à l'entrée d'un four très chaud ou sous la salamandre jusqu'à l'obtention d'une belle couleur brillante.

- **Terminer la sauce**
  - Ajouter facultativement (selon la recette), la garniture d'appellation (gelée de groseilles, de myrtilles, champignons des bois, crème...).
  - Monter sans excès la sauce au beurre.



- **Dresser**
  - Dresser le cuissot dans un plat de service.
  - Napper sans excès*.
  - Dresser le reste du fond de poêlage en saucière.

* *Lorsque la viande est tranchée en cuisine, il n'est pas nécessaire de glacer le cuissot et les tranches ne sont jamais nappées avec le fond de poêlage.*



FRIRE

CONCENTRATION

DÉFINITION

Frire, c'est cuire un aliment par immersion dans un bain de friture.

Cette technique de cuisson s'applique à des petites pièces crues ou cuites, généralement enrobées d'une préparation à base d'amidon (lait + farine, pâte à frire, panure à l'anglaise). Frire nécessite l'utilisation de matières grasses spécifiques, supportant de hautes températures sans se décomposer (huile arachide, palme...).

INSTALLER UN POSTE DE TRAVAIL À LA FRITURE



- S'assurer de la propreté du bain d'huile (il doit être filtré soigneusement après chaque utilisation).
- S'assurer de la qualité de l'huile (utiliser si nécessaire un test d'oxydation).
- Ne pas utiliser les bains colorés et moussants.
- S'assurer du bon niveau de l'huile dans la friteuse (le compléter si nécessaire avec de l'huile identique, ne pas mélanger deux corps gras d'origine différente ; risque de formation de mousse et de débordement).
- Régler avec précision la température du bain d'huile (elle est fonction de la nature, de la taille, de l'épaisseur et du résultat escompté de l'aliment à frire).
  Exemples :
  - + 155 °C/160 °C pour pocher (blanchir) des pommes allumettes et Pont-Neuf.
  - + 170° C pour les aliments enrobés de pâte à frire ou panés à l'anglaise.
  - + 180 °C pour colorer et rendre croustillantes les pommes allumettes et Pont-Neuf.

- **Sur la gauche** prévoir un emplacement pour entreposer les aliments à frire.
- **Sur la droite** prévoir un emplacement pour entreposer les aliments frits et les assaisonner (plaque à débarrasser recouverte de papier absorbant, boîte à sel fin).



RECOMMANDATIONS

- *Éponger soigneusement les aliments à frire (risque de projections d'huile et de brûlures).*
- *Les enrober au dernier moment (farine, mie de pain, pâte à frire...).*
- *Frire les aliments par petites quantités et plus particulièrement les aliments surgelés (abaissement brutal de la température du bain d'huile).*
- *Frire les aliments au dernier moment «à la commande», afin de les maintenir très croustillants.*
- *Égoutter soigneusement les aliments frits sur du papier absorbant.*
- *Utiliser impérativement une araignée et non une écumoire.*
- *Saler immédiatement après la cuisson, **jamais au-dessus du bain de friture.***
- *Ne jamais couvrir ni clocher les aliments frits (la condensation risquerait de les ramollir).*
- *Dresser les aliments frits, salés, sur du papier gaufré ; les aliments frits, sucrés, sur du papier dentelle.*
- *Filtrer systématiquement le bain d'huile après chaque service et avant son complet refroidissement.*
- *Nettoyer la friteuse selon la fiche de procédure spécifique.*

FRIRE DES FRITOTS*

** En tenant compte de la législation en vigueur.*



Fritots de cervelle



• **Limoner et dégorger les cervelles** (voir page 235)
  - Éliminer toutes les adhérences sanguinolentes sous un filet d'eau.
  - Les dégorger dans de l'eau glacée et vinaigrée.



• **Pocher les cervelles**
  - Les plonger dans un court-bouillon bouillant.
  - Les pocher à très faible ébullition durant une dizaine de minutes.
  - Les refroidir rapidement.



• **Mariner les cervelles**
  - Les égoutter et les escaloper.
  - Les assaisonner et les placer en marinade avec du jus de citron, de l'huile du cerfeuil, de l'estragon et de la fleur de thym.



• Réaliser la pâte à frire (voir pages 523 et 524).



• Enrober de pâte à frire les escalopes de cervelles marinées.
  - Corner soigneusement l'excès de pâte qui déborde.



• **Frire les fritots de cervelles**
- Les plonger dans le bain de friture chauffé à + 170 °C.
- Les retourner délicatement à l'aide d'une araignée.



• Les égoutter soigneusement sur du papier absorbant en utilisant une araignée.
• Les saler au sel fin.



• **Dresser les fritots**
- Les dresser en dôme sur un plat recouvert d'une serviette ou d'un papier gaufré.
- Disposer des bouquets de persil frit et des citrons historiés tout autour.
- Servir une sauce à part en saucière (sauce tomate par exemple).

FRIRE DES POISSONS PORTIONS

MERLANS, SOLES...



Merlans frits



Soles Colbert



- **Habiller les poissons**
  - Habiller soigneusement les merlans, limiter l'ouverture ventrale à quelques centimètres. Pour les soles : arracher la peau grise et écailler la peau blanche.
- Les dégorger dans de l'eau glacée durant quelques minutes et les égoutter.



- **Marquer les poissons en cuisson (à la commande).**
- Essuyer soigneusement les poissons avec du papier absorbant.
- Les assaisonner.



- Les passer dans la bière ou dans du lait salé.



- Les passer dans de la farine au dernier moment et les tapoter pour enlever l'excédent.



- Les plonger immédiatement et délicatement dans un bain de friture chauffé à + 180 °C.
- Les frire durant 5 à 6 minutes (selon l'épaisseur) ; les retourner délicatement à l'aide d'une araignée. Le bain de friture doit s'arrêter de bouillonner autour des poissons. Ceux-ci doivent être dorés et remonter à la surface du bain d'huile.



- S'assurer de la cuisson des poissons.
- Les égoutter soigneusement sur du papier absorbant.
- Les saler à nouveau sans excès.



- **Dresser les poissons**
  - Les dresser sur le plat de service recouvert d'une feuille de papier gaufré. Les soles sont dressées côté peau blanche sur le dessus.
- Disposer des citrons historiés du côté des queues et du persil frit du côté des têtes.

REMARQUE

- *Les poissons panés et frits sont généralement servis avec un beurre composé ou une sauce dérivée de la sauce mayonnaise.*

FRIRE DES POMMES ALLUMETTES ET DES POMMES PONT-NEUF

EN DEUX CUISSONS



Pommes allumettes



- Éplucher et laver les pommes de terre Bintje.
- Les tailler et les rincer dans plusieurs eaux (voir page 125).



• Égoutter et sécher soigneusement les pommes pour éviter les projections.



• Plonger les pommes par petites quantités dans le bain de friture (pour limiter son refroidissement).
• Les «pocher» ou les blanchir à + 155 °C/ 160 °C maximum.



• **S'assurer de la cuisson**
  - Contrôler la cuisson à la pression du doigt, **elles doivent être souples et cuites sans coloration**.
• Les débarrasser sur une plaque et les réserver «en mise en place» pour le service.



• **Terminer et saisir les pommes**
  - Monter la température du bain d'huile à + 180 °C.
  - Les plonger à la commande et les laisser dorer.



• Les égoutter soigneusement et les débarrasser sur une plaque recouverte de papier absorbant.
• Les saler au sel fin.



• **Dresser**
  - Dresser les pommes allumettes en buisson sur un plat recouvert d'un papier gaufré. Les pommes Pont-Neuf peuvent être dressées en «buisson» ou en «stère».

FRIRE DES POMMES PAILLE, CHIPS, GAUFRETTES

EN UNE SEULE CUISSON



Pommes paille



Pommes chips



Pommes gaufrettes



- Éplucher et laver les pommes de terre Bintje.
- Les tailler et les rincer dans plusieurs eaux (voir page 125).



- Égoutter et sécher soigneusement les pommes de terre pour éviter les projections.



- Plonger les pommes de terre par petites quantités dans le bain de friture chauffé à + 160 °C/ 170 °C maximum.
- Les remuer délicatement de temps en temps à l'aide d'une araignée pour uniformiser la cuisson, la coloration et le dessèchement.



• Les égoutter soigneusement et les débarrasser sur une plaque recouverte de papier absorbant.
• Les saler au sel fin.



• **Dresser les pommes**
  - Les dresser en buisson sur un plat rond recouvert d'un papier gaufré.

REMARQUE
• *Les pommes chips et gaufrettes peuvent être retirées du bain de friture au fur et à mesure de leur coloration.* ***Dans un bain trop chaud (+ 180 °C), les pommes colorent et ne dessèchent pas.***



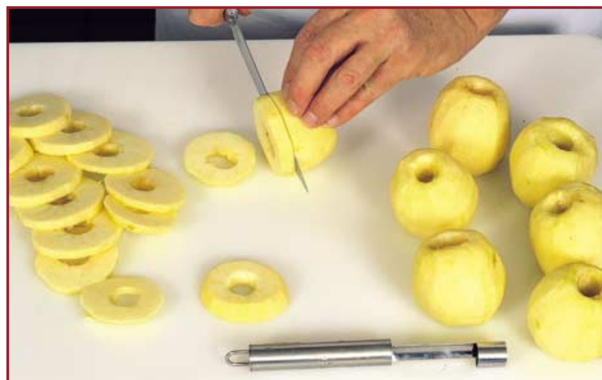
Nids en pommes gaufrettes

FRIRE DES BEIGNETS SUCRÉS

POMMES, BANANES, ANANAS...



Beignets sucrés



• Laver, éplucher et citronner les fruits.
• Les évider et les détailler en tranches régulières, ou en tronçons selon leur nature.



• **Placer les fruits dans une marinade instantanée**
  - Sucre semoule, jus de citron, calvados, cannelle pour les pommes.
  - Rhum pour les ananas et les bananes.

SUITE



• Réaliser la pâte à frire (voir pages 523 et 524).



• Chauffer le bain de friture réservé à cet usage à + 170 °C (huile neuve de préférence).
• Enrober soigneusement les tranches de fruit de pâte à frire, les corner délicatement et les plonger dans le bain de friture.



• Retourner délicatement les beignets à l'aide d'une araignée. Ils doivent être bien dorés, gonflés et croustillants.



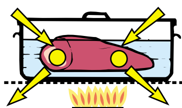
• Égoutter soigneusement les beignets sur du papier absorbant en utilisant une araignée.



• **Glacer les beignets**
- Les saupoudrer généreusement de sucre glace et les glacer, soit sous la salamandre, soit à l'entrée d'un four très chaud (ils peuvent être également lustrés au sirop en utilisant un pinceau).



• **Dresser les beignets**
- Disposer harmonieusement les beignets sur un plat de service recouvert d'un papier dentelle.
- Selon la nature du fruit, servir une sauce à part en saucière (abricot, passion, orange...).



CUIRE EN RAGOÛT

CUISSON MIXTE

DÉFINITION

C'est cuire des aliments découpés en morceaux, à couvert dans un liquide lié (sauce).

Ceux-ci sont rissolés pour les ragoûts à brun, ou raidis pour les ragoûts à blanc. Il y a un phénomène d'osmose qui s'opère, un échange de saveur entre l'aliment, le liquide (la sauce) et la garniture aromatique.

***Remarque :** en restauration collective, il est d'usage de lier la sauce après la cuisson de la viande.*

RÉALISER UN RAGOÛT À BRUN

MOUTON, VEAU, BŒUF, PORC, COQ, LAPIN...



Navarin aux pommes



Navarin aux primeurs



- **Détailler la viande**
  - Parer, dénerver, dégraisser et détailler la viande en morceaux réguliers de 50 à 60 g.



- **Préparer la garniture aromatique**
  - Tailler les carottes et les oignons en petits cubes (mirepoix).
  - Confectionner le bouquet garni.
  - Éplucher, laver, égermer, écraser l'ail à l'aide du talon d'un éminceur.



- **Marquer le ragoût en cuisson**
  - Chauffer fortement de l'huile dans une sauteuse ou dans un petit rondeau plat.
  - Répartir la viande en une seule fois en veillant à ce que les morceaux ne se superposent pas.

SUITE



• **Rissoler vivement les morceaux**
- Les retourner seulement lorsqu'ils commencent à colorer (si le feu n'est pas suffisamment vif, la viande risque de «bouillir», un exsudat s'échappe de la viande).
- La coloration doit être uniforme sur toutes les faces des morceaux.



• Ajouter les carottes et les oignons taillés en mirepoix.
• Les laisser pincer légèrement.



• **Dégraisser**
- Basculer la graisse de rissolage dans un petit récipient en s'aidant du couvercle du rondeau.



• **Tomater**
- Ajouter un peu de concentré de tomate (si la recette en comporte).



• **Singer et torréfier la farine**
- Saupoudrer légèrement de farine.
- Placer le rondeau durant quelques minutes dans un four à + 220 °C/ 230 °C. La farine doit dorer légèrement.



• Sortir le récipient du four avec précaution (utiliser un ou deux torchons parfaitement secs).
• Mélanger la viande, le concentré de tomate et la farine.



• **Mouiller le ragoût**
Selon la nature de la viande et la recette, différents liquides de mouillement sont utilisés :
- Pour le mouton : l'eau froide.
- Pour le veau : le fond brun de veau clair.
- Pour le bœuf : le vin rouge et le fond brun de bœuf.
- Pour les volailles : le vin rouge ou le vin blanc et le fond brun de volaille.

Le cidre et la bière peuvent être également utilisés.



• Ajouter le reste de la garniture aromatique (ail, bouquet garni).
• Porter le ragoût à ébullition.
• Assaisonner sans excès.
• Essuyer les bords du récipient.
• Couvrir le récipient hermétiquement et le placer dans un four à + 180 °C/ 200 °C.
• Cuire et surveiller la cuisson du ragoût, de 45 minutes (navarin) à 3 heures (estouffade).
• Remuer délicatement de temps en temps à l'aide d'une petite écumoire.
• Vérifier l'évaporation de la sauce.
• Remouiller si nécessaire.



• **S'assurer de la cuisson de la viande**
- Sonder la cuisson à l'aide d'une aiguille ou d'une fourchette fine. Il ne doit pas y avoir de résistance.



• **Décanter la viande**
- Décanter les morceaux dans un autre récipient à l'aide d'une fourchette et d'une écumoire.



• **Passer la sauce**
- Passer la sauce au chinois étamine sur les morceaux de viande.

• Vérifier la couleur, l'onctuosité et l'assaisonnement de la sauce.

SUITE



• **Terminer le ragoût**
- Ajouter la garniture d'appellation (primeurs, petits oignons glacés à brun, champignons sautés, lardons...).
- Couvrir et réserver le ragoût au bain-marie à plus de + 63 °C.



• **Dresser**
- Répartir uniformément les morceaux de viande et la garniture.
- Napper uniformément.

REMARQUE
- *Dans le cas de la réalisation d'un ragoût en grande quantité, il est possible de faire rissoler la viande à part dans une poêle.*
- *Lorsque le ragoût est mouillé avec du fond légèrement lié, il est inutile de singer.*
- *Pour faciliter la réalisation, certains professionnels lient la sauce après la cuisson du ragoût.*
- *Selon les recettes, il est possible de déglacer avec du vin avant de singer.*

RÉALISER UN RAGOÛT À BRUN AVEC LIAISON AU SANG

COQ AU VIN, CIVET DE LIÈVRE, DE MARCASSIN...



Civet de lièvre

PRÉPARATIONS ET MISE EN PLACE

- Découper les volailles en morceaux réguliers.
- Détailler les lapins ou les lièvres à l'aide d'un gros couteau tranchant afin de ne pas écraser les os (voir pages 254 et 255).
- Placer les morceaux en marinade ***1*** (vin rouge, Cognac ou Armagnac, huile, oignons et carottes émincés ***2***, bouquet garni avec une dominante en thym, ail, poivre en grains, baies de genièvre...). (Voir pages 332 à 334).
- Récupérer et réserver le sang et le foie tamisé ***3***. Ajouter un peu de vinaigre de vin vieux ou d'Armagnac.



- Égoutter soigneusement les morceaux de viande et la garniture aromatique.
- Filtrer la marinade et la porter à ébullition, l'écumer soigneusement (elle peut être mise à réduire).



- **Marquer la viande en cuisson**
  - Rissoler les morceaux dans un rondeau plat avec de l'huile et du beurre (il est possible de faire rissoler les lardons de la garniture d'appellation et de faire revenir les morceaux de viande dans la graisse de fonte des lardons).
  - Les morceaux de volaille sont placés le côté peau en premier dans le récipient.



- Débarrasser les morceaux et les réserver dans une plaque.
- Ajouter la garniture aromatique de la marinade et la faire pincer légèrement.
- Dégraisser si nécessaire, puis replacer les morceaux sur la garniture aromatique dans le récipient.



- Flamber avec du Cognac ou de l'Armagnac.
- Ajouter la marinade et la laisser réduire des deux tiers (si elle n'a pas été réduite au préalable).



- Compléter le mouillement avec du fond brun de volaille lié ou de la sauce espagnole ***4**.



- Assaisonner, ajouter les gousses d'ail et le bouquet garni.
- Porter à ébullition, écumer, essuyer soigneusement les bords du récipient.
- Couvrir et cuire au four à + 200 °C durant 1h30 à 2h selon l'âge et la qualité de l'animal.



- **Décanter le ragoût**
  - S'assurer de la cuisson de la viande. La sonder à l'aide d'une aiguille ou d'une fourchette fine.
  - Décanter les morceaux dans un autre récipient à l'aide d'une écumoire et d'une fourchette.

SUITE



• **Passer la sauce**
- Vérifier l'onctuosité, la couleur et l'assaisonnement.
- Passer la sauce au chinois étamine sur les morceaux.



• Ajouter la garniture d'appellation (petits oignons glacés à brun, champignons sautés, petits lardons sautés, marrons glacés...).
• Réserver à couvert au bain-marie à plus de + 63 °C.

AU MOMENT DE SERVIR :



• **Terminer la liaison de la sauce**
- Disposer les morceaux dans le plat de service.
- Répartir équitablement la garniture et maintenir le plat au chaud.

• **Reporter la sauce à ébullition**



• Détendre progressivement le sang avec un peu de sauce bouillante en remuant à l'aide d'un petit fouet. Ceci afin de la monter progressivement en température et de ne pas le coaguler.



• Puis verser progressivement la liaison tiède dans le reste de la sauce.
• Remuer à l'aide d'une spatule et retirer immédiatement le récipient du feu *5.



• Vérifier l'assaisonnement.
• Passer la sauce au chinois étamine, soit directement sur les morceaux, soit dans une petite sauteuse.



• **Terminer le dressage**
  - Répartir la sauce liée au sang sur les morceaux (napper).
  - Disposer les croûtons frits au beurre clarifié, la pointe trempée dans la sauce, puis dans le persil haché. Les placer la pointe vers le haut

***1** – *Les jeunes levrauts de l'année peuvent être traités en marinade instantanée.*

***2** – *Certains professionnels ne mettent pas de carottes dans la marinade, ils utilisent uniquement des oignons.*

***3** – *Du sang de porc «défibrillonné» est fréquemment utilisé.*

***4** – *Les morceaux peuvent être singés et mouillés uniquement avec un excellent vin rouge.*



REMARQUE *5
• ***La liaison au sang doit se faire juste avant l'envoi du plat. Éviter de refaire bouillir la sauce, le sang risque de coaguler.***

RÉALISER UNE FRICASSÉE OU RAGOÛT À BLANC

VOLAILLE, AGNEAU, VEAU...



Fricassée de volaille à l'ancienne



• **Détailler la viande** (voir pages 246 à 248)
  - Détailler les volailles en quatre ou en huit morceaux, l'épaule d'agneau ou de veau en morceaux de 50 à 60 g.



• **Marquer un fond blanc de veau ou de volaille selon la nature de la viande** (voir pages 264 à 266).
• Le laisser refroidir.

SUITE



- **Marquer la fricassée en cuisson**
- Saler et poivrer les morceaux de viande.
- Les faire raidir (avec une très légère coloration), dans un sautoir ou dans un rondeau plat avec un peu de beurre.
- Placer les morceaux de volaille, le côté peau en premier dans le récipient.
- Ne pas superposer les morceaux, les retourner et les laisser raidir sur toutes les faces.



- **Débarrasser les morceaux de viande raidis**
  - Les débarrasser dans une plaque et les réserver.



- Remettre le récipient sur un feu très doux.
- Ajouter un peu de beurre et les oignons finement ciselés.
- Suer les oignons (sans coloration), utiliser une spatule en exoglass.



- Ajouter la farine (40 g pour 1 l de fond blanc), et cuire le roux blanc durant quelques minutes.



- Mouiller avec du fond blanc de volaille ou de veau selon la nature de la viande.
- Porter le velouté à ébullition, bien mélanger à l'aide d'un petit fouet.
- Assaisonner.



- Replacer les morceaux de viande dans le velouté.
- Couvrir le récipient et cuire la fricassée très lentement (dans le cas d'une cuisson longue, veau ou agneau, le récipient couvert peut être placé dans un four à + 180 °C).



- **Surveiller et contrôler la cuisson de la fricassée**
  - Retourner délicatement les morceaux.
  - Vérifier que la sauce n'attache pas au fond du récipient.
  - Vérifier la réduction du velouté.
  - Remouiller si nécessaire.
  - Contrôler la cuisson des cuisses de volaille à l'aide d'une aiguille ou d'une fourchette fine piquée dans l'articulation, le liquide qui s'en échappe ne doit pas comporter de traces sanguinolentes.



- **Décanter la fricassée dans un autre récipient**
  - Retirer les morceaux du récipient de cuisson à l'aide d'une écumoire et d'une fourchette.



- **Terminer la sauce**
  - Ajouter de la crème et réduire la sauce.
  - Vérifier l'onctuosité* et l'assaisonnement de la sauce.



- Passer la sauce au chinois étamine sur les morceaux.
- Ajouter la garniture d'appellation (primeurs, petits oignons glacés à blanc, champignons cuits à blanc.

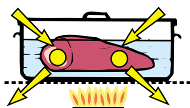


- **Maintenir la fricassée au chaud ou dresser immédiatement.**
- Répartir la viande en dôme et disposer la petite garniture sur le dessus.
- Napper uniformément.

REMARQUE

- *La fricassée de volaille demande environ 12 à 14 minutes de cuisson pour les ailes, 20 à 22 minutes pour les cuisses.*
- *La fricassée d'agneau et de veau entre 45 minutes à 1h15, il faut sonder les morceaux à l'aide d'une aiguille pour s'assurer de la cuisson.*

** Il est possible de rectifier l'onctuosité de la sauce. Elle peut être épaissie, soit par réduction, soit en ajoutant éventuellement un peu de roux blanc ou de beurre manié. Dans ce cas, il faut poursuivre la cuisson du velouté pour cuire la farine. La sauce peut être détendue, soit en ajoutant un peu de fond blanc de volaille ou de veau, soit de la cuisson de champignons.*



BRAISER

CUISSON MIXTE

DÉFINITION

Braiser, c'est cuire des pièces entières, lentement à couvert dans un liquide lié ou non lié avec une garniture aromatique et gélatineuse. Les aliments sont rissolés dans le cas des braisés à brun et raidis dans le cas des braisés à blanc. Il y a échange de saveur entre l'aliment, le fond de braisage et la garniture aromatique (phénomène d'osmose).

BRAISER À BRUN DES JAMBONNETTES DE VOLAILLE

CANETON, POULET...



Jambonnettes de volaille



- **Désosser les cuisses de volaille**
  - Dégager le fémur, la rotule et la tête du tibia et du péroné.
  - Manchonner soigneusement.
  - Parer les tendons à l'aide d'une paire de ciseaux.



- **Façonner les jambonnettes** (voir pages 253 et 254)
  - Saler, poivrer.
  - Ajouter la farce (mousseline de volaille ou autre).
  - Reformer la cuisse (en forme de poire).
  - Maintenir en ramenant et en cousant la peau bord à bord à l'aide d'une aiguille et de la ficelle.



- Envelopper chaque jambonnette dans un petit morceau de crépine de porc.



- **Préparer les légumes de la garniture aromatique**
  - Émincer finement les carottes et les oignons.
  - Réaliser le bouquet garni.



• **Marquer les jambonnettes en cuisson**
- Les faire revenir dans un récipient creux avec du beurre et un peu d'huile.
- Les colorer uniformément en veillant à ce que le beurre ne brûle pas.



• Débarrasser les jambonnettes sur une plaque.
• Dégraisser partiellement le récipient.
• Ajouter la garniture aromatique et la faire pincer légèrement.



• Placer les jambonnettes sur la garniture aromatique.
• Déglacer avec le vin blanc et le laisser réduire des 3/4 ou par exemple avec du jus d'orange pour des jambonnettes braisées à l'orange.



• Mouiller à mi-hauteur des jambonnettes avec du fond brun de volaille corsé et légèrement lié (canard ou poulet) ou du fond brun de volaille gélatineux.



• Ajouter le bouquet garni.
• Assaisonner ; essuyer les bords du récipient.
• Le couvrir hermétiquement.
• Cuire lentement au four à + 200 °C (1h20 à 1h30 minutes pour des jambonnettes de caneton).



• Surveiller la cuisson et la réduction du fond de braisage.
• S'assurer de la cuisson à l'aide d'une aiguille à brider et débarrasser les jambonnettes dans un autre récipient.
• Les maintenir au chaud et à couvert avec un peu de fond de braisage.

SUITE



- **Terminer le fond de braisage** (le réduire si nécessaire)
  - Dégraisser soigneusement.
  - Vérifier la couleur, l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Passer le fond de braisage au chinois étamine et le réserver à couvert au bain-marie.



- **Glacer les jambonnettes**
  - Les débarrasser des restes de la crépine et les déficeler.
  - Les glacer sous la salamandre ou à l'entrée d'un four très chaud.
  - Les arroser sans discontinuer jusqu'à ce qu'elles soient recouvertes d'une pellicule brillante*.

** Lorsque les jambonnettes sont escalopées en cuisine, elles ne sont pas nécessairement glacées ni nappées avec le fond de braisage.*



- **Dresser**
  - Ajouter la garniture d'appellation (olives, navets glacés, segments d'oranges...).
  - Disposer harmonieusement les jambonnettes, les manches vers le centre du plat.
  - Napper uniformément et sans excès.
  - Dresser le reste du fond de braisage en saucière.

BRAISER DES ABATS BLANCS*

RIS DE VEAU

** Ces produits font partie des M.R.S. (matériels à risque spécifié). Pour leur utilisation, vérifier la règlementation en vigueur.*

LA VEILLE



- **Dégorger** les abats dans de l'eau glacée.



- **Blanchir les abats**
  - Les placer dans une russe, les recouvrir d'eau froide et porter à ébullition.
  - Laisser blanchir durant 3 à 4 minutes et écumer soigneusement.
  - Rafraîchir entièrement.



- **Parer**
  - S'il y a lieu éliminer les parties graisseuses, cartilagineuses et sanguinolentes.
  - Conserver les parures, elles seront ajoutées à la garniture aromatique lors du braisage.



- **Placer les ris sous presse**
  - Les disposer dans une plaque à débarrasser recouverte d'un linge propre, placer un film alimentaire, une autre plaque à débarrasser sur les ris et charger à l'aide de poids d'environ 1 kg.
- Réserver les ris en enceinte réfrigérée.

LE JOUR DE LA CUISSON



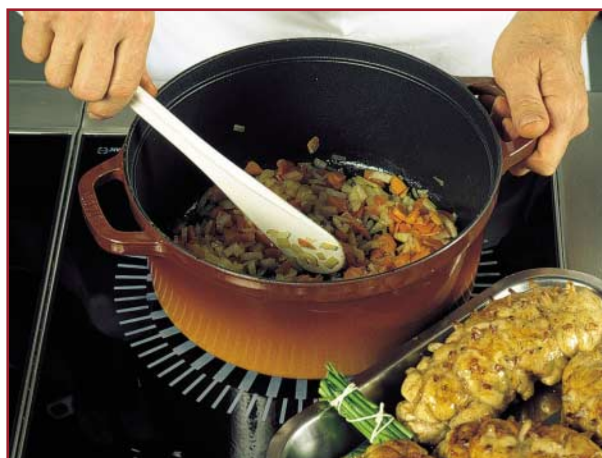
- **Piquer les ris**
  - Introduire (selon la recette) des petits bâtonnets de lard gras, de truffe, ou de langue écarlate à l'aide d'une aiguille à piquer (voir page 229).



- **Tailler la garniture aromatique**
  - Tailler les carottes en paysanne.
  - Émincer les oignons.
  - Réaliser le bouquet garni.



- **Marquer les ris en cuisson**
  - Saler et poivrer les ris.
  - Les raidir au beurre sur toutes les faces avec une légère coloration blonde.
  - Placer la partie piquée en premier dans le récipient.
  - Débarrasser les ris et les réserver au chaud.



- Ajouter la garniture aromatique et les parures des ris.
- Suer sans coloration durant quelques minutes.



- Dégraisser légèrement le récipient.
- Placer les ris sur la garniture aromatique.
- Déglacer selon la recette avec du vin blanc et le laisser réduire.
- Ajouter du Porto et le réduire également.

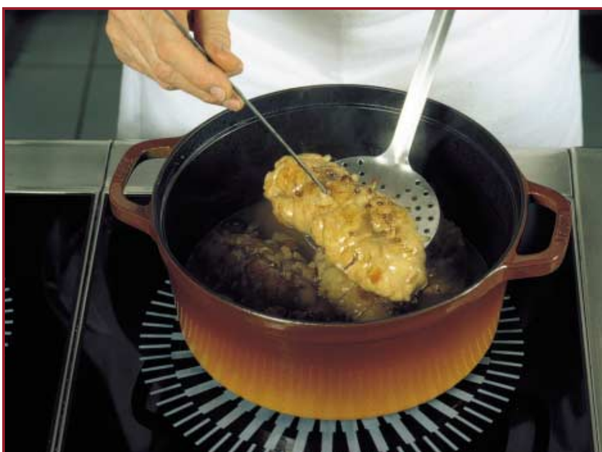
SUITE



• Mouiller à mi-hauteur des ris avec du velouté de veau corsé et peu lié ou du fond blanc de veau gélatineux.



• Essuyer soigneusement les bords du récipient.
• Couvrir hermétiquement.
• Cuire au four à + 200 °C durant 35 à 45 minutes (selon la grosseur des ris).



• **S'assurer de la cuisson**
  - Les piquer à l'aide d'une aiguille à brider, il ne doit pas y avoir de résistance.
  - Les débarrasser à couvert et les maintenir à plus de + 63 °C durant la réalisation du fond de braisage.



• **Terminer le fond de braisage**
  - Passer le fond de braisage au chinois étamine.
  - Dégraisser si nécessaire.



  - Ajouter la crème.
  - Réduire à nouveau, vérifier l'assaisonnement.



• Ajouter la petite garniture d'appellation (s'il y a lieu), morilles étuvées par exemple.



• **Dresser**
  - Disposer les ris en diagonale sur le plat de service.
  - Répartir la garniture d'appellation.
  - Napper uniformément.

REMARQUE

• *Les ris de veau peuvent être également braisés à brun, dans ce cas, ils sont revenus avec coloration et mouillés au fond brun de veau lié puis glacés sous la salamandre avant l'envoi.*

BRAISER DES ENDIVES



Endives braisées



• Eplucher et laver soigneusement les endives.
• Supprimer les feuilles extérieures si elles sont abîmées.
• Rafraîchir la pointe de l'endive si elle est légèrement étiolée.
• Araser le talon et le creuser en pointe à l'aide d'un couteau d'office. Ceci permet de maintenir les feuilles durant la cuisson et limite les risques d'amertume.
• Laver soigneusement les endives et les égoutter.



• Ranger les endives en rosace, dans un rondeau plat ou dans un grand sautoir.
• Placer le talon des endives (partie la plus ferme), contre les parois du récipient.



• Ajouter très peu d'eau, du jus de citron, du beurre en parcelles, du sucre et du sel.

SUITE



- **Démarrer la cuisson sur un feu nu**
- Couvrir avec du papier sulfurisé et un couvercle.
- Cuire au four durant 1h à 1h20 selon le calibre et la qualité des endives. L'à-point de la cuisson se reconnaît à l'aide d'une aiguille piquée dans le talon de l'endive. Il ne doit pas y avoir de résistance.



- Égoutter les endives sur une plaque munie d'une grille.
- Les retirer du rondeau en les piquant côté talon à l'aide d'une fourchette.

** Les endives cuites à l'avance se conservent dans leur eau de cuisson (risque de noircissement).*



- **Sauter les endives**
  - Faire blondir très légèrement du beurre dans une poêle.
  - Sauter les endives jusqu'à l'obtention d'une couleur blonde régulière.



- Assaisonner.
- Les retourner à l'aide d'une fourchette en les piquant dans le talon.



- Les endives sont repliées en triangle et dressées, la partie la plus large vers l'extérieur du plat.

Endives meunière



- Partager les endives (pour les plus grosses uniquement).
- Ôter le talon en le coupant en diagonale.

UTILISATIONS

- *Garniture bruxelloise, aux amandes, au jus, au gratin…*

BRAISER DES LAITUES



Laitues braisées



• **Eplucher les laitues**
- Oter les feuilles extérieures des laitues si elles sont trop vertes, trop dures, jaunies ou abîmées.
- Rafraîchir la coupe du talon et le tailler légèrement en pointe, afin que les feuilles ne se défassent pas lors du lavage ou du blanchiment.



• Laver soigneusement et délicatement les laitues dans plusieurs eaux.
• Les plonger à l'envers dans une grande quantité d'eau. Les maintenir par le talon et écarter les feuilles le plus possible.



• **Blanchir les laitues**
- Les plonger, toujours à l'envers, dans de l'eau en ébullition.
- Appuyer légèrement sur le dessus à l'aide d'une araignée, afin de bien les immerger.
- Les blanchir durant 2 à 3 minutes.



• Les sortir délicatement de l'eau bouillante, en les prenant par le talon avec une fourchette.
• Les plonger immédiatement dans une calotte contenant de l'eau glacée.



• Les égoutter et les presser délicatement à la main pour leur donner la forme d'un fuseau.

SUITE

Braiser des laitues :



- **Préparer la garniture aromatique**
  - Émincer les carottes en paysanne.
  - Émincer les oignons.
  - Réaliser le bouquet garni.



- **Marquer les laitues en cuisson**
  - Suer au beurre dans un rondeau plat les carottes et les oignons émincés.



- Ranger les laitues blanchies en couronne, le talon contre les parois du rondeau (partie la plus dure à cuire).



- Mouiller à hauteur avec du fond blanc de veau.
- Saler et poivrer.
- Ajouter le bouquet garni.



- Recouvrir avec des couennes de porc la partie grasse sur les laitues.
- Porter à ébullition.
- Couvrir avec un papier sulfurisé et un couvercle.



- Cuire au four à + 200 °C durant 1h20 à 1h30.



• S'assurer de la cuisson des laitues et les égoutter sur une plaque munie d'une grille :
  - les piquer au niveau du talon, il ne doit y avoir aucune résistance.



• Les partager en deux.



• Dégager et supprimer les trognons.



• **Plier les laitues**
  - Rabattre les pointes et les talons des demi-laitues sur la partie du milieu.
  - Retourner les laitues et les «façonner» en triangle.



• Faire mijoter les laitues dans le fond de poêlage ou de braisage de l'élément principal de l'appellation.
  Exemple : fond de poêlage du carré de veau poêlé Choisy.
• Dresser (en général, les laitues braisées sont dressées tout autour de la pièce principale).

REMARQUE

• *Pour améliorer la présentation et préserver la couleur verte, les laitues braisées peuvent être enrobées d'une feuille verte de laitue simplement blanchie.*

BRAISER DES CHOUX



Choux braisés



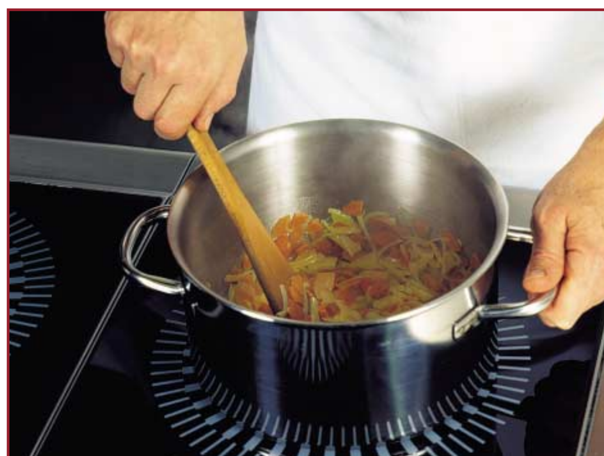
Darioles de choux au lard et aux marrons



- Éplucher les choux.
- Les partager en quartiers et ôter les trognons.
- Les laver soigneusement, les laisser tremper dans de l'eau vinaigrée et les rincer (voir page 74).



- **Blanchir les choux**
  - Plonger les quartiers de chou dans l'eau bouillante durant quelques minutes.
  - Les rafraîchir dans de l'eau glacée.



- **Marquer les choux en cuisson**
  - Suer au beurre la garniture aromatique (carottes et oignons émincés en paysanne).
  - Utiliser de préférence un rondeau haut.



- Ajouter aux choux blanchis et rafraîchis, un morceau de poitrine de porc blanchi durant une dizaine de minutes.
- Mouiller à hauteur des choux avec du fond blanc de veau.
- Assaisonner.
- Ajouter un bouquet garni.



- Placer un papier sulfurisé sur les choux (ou des couennes de porc blanchies).
- Couvrir le rondeau.
- Démarrer la cuisson sur le feu, la poursuivre au four à + 200 °C durant 1h20 à 1h30, selon la fermeté des choux.
- S'assurer de leur cuisson (piquer le talon, il ne doit pas y avoir de résistance).
- Égoutter, vérifier l'assaisonnement.
- Dresser.

REMARQUE

- *Les choux braisés accompagnent généralement des préparations à base de porc ou de charcuterie :*
  - *saucisses au chou*
  - *potées*
  - *petit salé au chou*
  - *poitrine fumée au chou*
  - *chartreuses diverses*

LES PÂTES DE BASE

Les pâtes sont, avec les crèmes et les appareils, les bases essentielles de la pâtisserie. Les ingrédients entrant dans leur composition sont généralement peu variés, voire identiques. Les innombrables recettes sont obtenues en modifiant simplement les proportions des différents ingrédients et en appliquant des tours de mains bien spécifiques, si caractéristiques de l'art de la pâtisserie.

Les méthodes proposées dans cet ouvrage essaient de concilier trois aspects fondamentaux pour les débutants :

- la simplicité de la technique,
- la rapidité et l'efficacité de l'exécution,
- le respect du classicisme.

Evidemment, les méthodes retenues n'excluent pas les autres méthodes en usage dans la profession !

CLASSIFICATION DES PRINCIPALES PÂTES UTILISÉES EN CUISINE

(voir «Technologie culinaire» - Editions BPI).



LES PÂTES SÈCHES

- **pâtes à foncer (brisée, à pâté, sablée, sucrée)**
- **pâte feuilletée ou feuilletage**



LES PÂTES MOLLES

- **pâte à choux**
- **pâte ou appareil à crêpes**



LES PÂTES MONTÉES

Leur augmentation de volume est due à un fouettage intensif ou à l'addition de blancs d'œufs battus en neige.

- **pâte ou appareil à génoise**
- **pâte ou appareil à biscuit**
- **pâte à frire**



LES PÂTES LEVÉES

Leur augmentation de volume est due à une fermentation de type panaire grâce à l'addition de levure de bière ou Saccharomyces cerevisiae.

- **pâte à brioches**
- **pâte à savarins et à babas**
- **pâte à kouglof (ou kugelhopf)**

LES PÂTES POUSSÉES

Leur augmentation de volume est due à l'addition de levure chimique formant du gaz carbonique.

- **pâte à cake**
- **pâte à quatre-quarts**
- **pâte à marbré**

REMARQUE
CONCERNANT LES «PÂTES À FONCER»

Logiquement les «pâtes à foncer» sont utilisées pour foncer des cercles à tartes, à quiches ou à tourtes, des tartelettes et des barquettes. Mais dans le langage courant, la pâte à foncer désigne la pâte brisée (salée ou sucrée).

Toutefois, pour certains professionnels, l'appellation pâte brisée correspond à une pâte à foncer **sans** addition de jaunes d'œufs, et l'appellation pâte à foncer définit une pâte brisée **avec** addition de jaunes d'œufs.

LA PÂTE BRISÉE (1ère MÉTHODE)

BON D'ÉCONOMAT



DENRÉES pour 1 kg de FARINE (1)				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
- farine type 55	**kg**	**1,000**		
- sel fin	**kg**	**0,020**		
- sucre semoule (2)	**kg**	**0,050**		
- eau	**l**	**0,20**		
- œufs (jaunes)	**pièce**	**4**		
- beurre	**kg**	**0,500**		
- farine pour le travail de la pâte	**kg**	**0,050**		
Durée moyenne de réalisation			**20 min**	

(1) L'unité de base de réalisation de la pâte brisée est le kg de farine. Ces proportions permettent de réaliser 5 tartes de 8 couverts de 28 cm de diamètre.

(2) Facultatif selon l'utilisation (tartes ou quiches par exemple).

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail et vérifier sa propreté

- Peser, mesurer, contrôler les denrées.

2) Réaliser la pâte brisée

- Tamiser la farine directement sur le marbre et la mettre en fontaine.
- Ajouter le sel, le sucre si nécessaire et l'eau, dissoudre du bout des doigts.
- Clarifier les œufs et ajouter les jaunes, les mélanger au sel, au sucre et à l'eau.
- Assouplir le beurre avec le rouleau (si nécessaire), le découper en petites parcelles, puis les ajouter dans le centre de la fontaine.

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



- Prendre un peu de farine de l'intérieur de la fontaine et la mélanger (sans pétrir) aux autres éléments.
- Ecraser rapidement le mélange à pleines mains : la pâte doit s'échapper entre les doigts.

Arrêter l'opération dès que la pâte ne colle plus au plan de travail.

Ne pas pétrir la pâte, ni la travailler au-delà de la cohésion des divers éléments.

- Pour la rendre lisse et homogène, il est possible de la fraiser une seule fois avec la paume de la main en écrasant la pâte devant soi, ou à l'aide d'un coupe-pâte en tirant vers soi (cette dernière méthode a l'avantage de ne pas chauffer la pâte).
- Former la ou les boules de pâte en les roulant sur le plan de travail légèrement fariné, puis les aplatir avec le rouleau pour accélérer leur raffermissement en enceinte réfrigérée.
- Placer les boules de pâte dans un sac en plastique alimentaire pour éviter un dessèchement superficiel et les réserver en enceinte réfrigérée à + 3 °C.



RECOMMANDATIONS

La réalisation de la pâte brisée, et de toutes les pâtes à foncer en général, est extrêmement rapide et facile si l'on respecte les règles et précautions suivantes :

- *Travailler sur un marbre parfaitement propre.*
- *Tamiser toujours la farine.*
- *Avant d'effectuer le mélange, bien dissoudre le sel et le sucre dans l'eau.*
- *Eviter de mettre en contact direct les jaunes d'œufs avec le sucre car il se forme de petits cristaux insolubles.*

SUITE

- *Tenir compte de la consistance du beurre : trop dur, il se mélange difficilement et forme des grains dans la pâte ; trop mou, il rend la pâte élastique et difficile à foncer.*
- *Eviter le contact entre le beurre et la main, car le beurre risque de fondre en diminuant la friabilité recherchée.*
- *Eviter de donner du corps à la pâte par un travail exagéré, car les pièces détaillées se déforment à la cuisson et la friabilité est diminuée ; l'idéal est de réaliser la pâte la veille de son utilisation.*
- *Le fraisage n'est pas obligatoire, il assure seulement une meilleure cohésion des divers éléments. Il se pratique rarement lorsque la pâte est obtenue par sablage, ou avec un batteur-mélangeur, ou encore un mixeur. S'il s'avère nécessaire, un seul fraisage énergique suffit, mais il a l'inconvénient d'échauffer la pâte et de lui donner du corps en allongeant le gluten.*
- *Il est préférable de diviser la pâte en plusieurs boules et de les peser en fonction de leur utilisation (350 à 400 g de pâte terminée pour une tarte de 8 couverts), et de les aplatir légèrement à l'aide du rouleau pour accélérer leur raffermissement en enceinte réfrigérée.*
- *Les parures des pâtes à foncer ne doivent être ni travaillées, ni pétries, ni farinées à l'excès.*
- *Tous les fonçages en «pâtes à foncer» ont besoin d'un temps de repos avant la cuisson. Ce temps est fonction de l'élasticité de la pâte utilisée. Il est au minimum de 20 à 30 minutes.*

LA PÂTE BRISÉE RÉALISÉE À LA MAIN

(1ère MÉTHODE)



- Tamiser la farine directement sur le marbre.
- La mettre en fontaine.
- Ajouter le sel, et éventuellement le sucre (selon l'utilisation de la pâte).
- Ajouter l'eau, les jaunes d'œufs, et mélanger du bout des doigts.



- Assouplir le beurre et l'ajouter en petites parcelles.



- Prendre un peu de farine du centre de la fontaine et la mélanger sans pétrir.



- Ecraser rapidement l'ensemble à pleines mains. La pâte se forme et ressort entre les doigts.



• Ne pas pétrir la pâte pour ne pas la rendre élastique (allongement du gluten).



• ou à l'aide d'un coupe-pâte en tirant la pâte vers soi.



• Arrêter l'opération, dès que la pâte ne colle plus au marbre.
• Réunir la pâte en boule.
• La fariner légèrement



• Réunir à nouveau la pâte en plusieurs boules, les aplatir légèrement pour accélérer le raffermissement.
• Fariner légèrement les boules.



• Si la pâte n'est pas assez homogène, la fraiser avec la paume de la main, en l'écrasant devant soi…



• Placer les boules de pâte dans un sac en plastique alimentaire et les réserver en enceinte réfrigérée.

LA PÂTE BRISÉE RÉALISÉE À LA MAIN «PAR SABLAGE»

Proportions et matériel identiques à la 1ère MÉTHODE



• Tamiser la farine directement sur le marbre.
• Ne pas la mettre en fontaine, mais la rassembler simplement, à l'aide d'une brosse à farine.
• Assouplir le beurre et l'ajouter en petites parcelles.



• Mélanger délicatement l'ensemble pour que tous les morceaux de beurre soient bien enrobés de farine.
• Les écraser rapidement afin de préparer le sablage.
• Sabler entre les deux mains de façon à obtenir une poudre ressemblant au sable.



• Mettre le sablage en fontaine.
• Ajouter l'eau, le sel et le sucre, puis les dissoudre du bout des doigts et ajouter les jaunes (le sel et le sucre peuvent être ajoutés à la farine avant le sablage).



• Incorporer progressivement le sablage aux éléments liquides, en partant de l'intérieur de la fontaine.
• Ecraser rapidement à pleines mains, sans pétrir. La pâte se forme et ressort entre les doigts.
• Former les boules de pâte et les fariner légèrement.



• Fraiser la pâte si nécessaire, à l'aide d'un coupe-pâte en la tirant vers soi.



• Réunir à nouveau la pâte en boules et les aplatir.
• Les fariner légèrement, puis les envelopper dans un plastique alimentaire et les réserver en enceinte réfrigérée.

LA PÂTE BRISÉE RÉALISÉE AU MIXEUR OU AU BATTEUR-MÉLANGEUR

BON D'ÉCONOMAT



- farine type 55 ....1,000 kg
- beurre...0,500 kg
- œufs (jaunes) ....4 pièces
- eau ....0,20 l
- sel ....0,020 kg
- sucre (facultatif) ....0,050 kg



- Tamiser la farine et la mettre dans la cuve du mixeur ou du batteur-mélangeur.
- Ajouter le beurre découpé en parcelles.
- Travailler à première vitesse jusqu'à obtention du sablage.



- Arrêter l'appareil et verser en une fois le mélange d'eau, sel, sucre dissous et jaunes d'œufs.
- Ne pas travailler au-delà de la cohésion des divers éléments (quelques secondes suffisent généralement).

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



- mixeur ou cuve du batteur-mélangeur et crochet
- tamis et brosse à farine
- petite calotte, ramequin
- corne, mesure.



- Vider la cuve sur le marbre fariné, puis former les boules de pâte sans pétrir.
- Les fariner légèrement.



- Envelopper les boules de pâte dans un sac en plastique alimentaire et les réserver en enceinte réfrigérée.

LA PÂTE SUCRÉE

La pâte sucrée est un dérivé de la pâte brisée. De saveur sucrée, elle est uniquement réservée à la pâtisserie. Cuite à blanc, elle permet le plus souvent la préparation de fonds de tartes, de tartelettes et de barquettes.

Comme la pâte brisée, trois principales méthodes de réalisation peuvent être envisagées :

- **1ère MÉTHODE :** identique à la réalisation de la pâte brisée à la main.
- **2ème MÉTHODE :** identique à la réalisation de la pâte brisée au mixeur ou au batteur-mélangeur,
- **3ème MÉTHODE :** pâte sucrée réalisée d'après la méthode dite «par crémé», dont la technique est détaillée dans le tableau suivant.

MÉTHODE «PAR CRÉMÉ»

DENRÉES pour 1 kg de FARINE (1)				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- farine type 55	**kg**	**1,000**		
- beurre	**kg**	**0,500**		
- sucre glace	**kg**	**0,400**		
- sel	**kg**	**0,010**		
- œufs entiers	**pièce**	**5**		
ou				
- farine	**kg**	**1,000**		
- beurre	**kg**	**0,500**		
- sucre semoule	**kg**	**0,400**		
- sel	**kg**	**0,010**		
- œufs (jaunes)	**pièce**	**4**		
- eau	**l**	**0,20**		
ou				
- farine	**kg**	**1,000**		
- beurre	**kg**	**0,600**		
- sucre glace	**kg**	**0,400**		
- sel	**kg**	**0,010**		
- œufs entiers	**pièce**	**4**		
- eau	**l**	**PM**		
- farine pour le travail de la pâte	**kg**	**0,050**		
Durée moyenne de préparation			**20 min**	

(1) L'unité de la réalisation de la pâte sucrée est le kg de farine. Ces proportions permettent de réaliser 5 tartes de 8 couverts de 28 cm de diamètre.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail et s'assurer de sa propreté

- Peser, mesurer, contrôler les denrées.

2) Réaliser la pâte sucrée

- Tamiser la farine directement sur le marbre et la mettre en fontaine.
- Assouplir le beurre et le mélanger rapidement avec le sucre (le mélange peut s'effectuer à l'intérieur de la fontaine).
- Mélanger les œufs ou les jaunes, l'eau et le sel dans une petite calotte à l'aide d'une fourchette, puis verser le mélange dans la fontaine.
- Mélanger du bout des doigts l'ensemble beurre/sucre avec les œufs ou les jaunes, l'eau et le sel.

  Incorporer progressivement la farine en partant de l'intérieur de la fontaine.
- Ecraser rapidement le mélange à pleines mains, la pâte se forme et s'échappe entre les doigts.
- Arrêter l'opération dès que la pâte ne colle plus au marbre.
- Fariner le marbre et former les boules de pâte.

Ne pas pétrir la pâte, ni la travailler au-delà de la cohésion des divers éléments.

- Si nécessaire, fraiser la pâte une seule fois et énergiquement à l'aide d'un coupe-pâte (voir page 488).
- Reformer les boules, les fariner, les aplatir légèrement à l'aide du rouleau, puis les envelopper dans un sac en plastique alimentaire et les réserver en enceinte réfrigérée.

REMARQUE

Il vaut mieux réaliser la pâte la veille de son utilisation.



RECOMMANDATIONS

Les précautions indiquées pour la pâte brisée (page 482) s'appliquent également à la pâte sucrée. Cependant, sa richesse en sucre peut la rendre très fragile, cassante et donc difficile à utiliser. Certains professionnels préfèrent utiliser du sucre glace à la place du sucre semoule : il se dissout plus rapidement et la pâte est plus homogène. (Le sucre semoule se dissout plus lentement, notamment durant le repos de la pâte : il suinte et rend la pâte cassante et collante. Pour pallier cet inconvénient, il faut fariner excessivement le marbre, ce qui détruit l'équilibre de la pâte rendue ainsi sèche et lourde).

LA PÂTE SABLÉE

BON D'ÉCONOMAT



La pâte sablée est une pâte directement dérivée de la pâte sucrée. Elle se réalise uniquement par sablage à la main ou à la machine.

Sa composition très riche en sucre, beurre et œufs, lui confère une texture particulièrement friable et cassante.

La pâte sablée est principalement utilisée nature pour la réalisation de divers petits sablés, de fonds de barquettes, de tartelettes et de petits fours frais.

DENRÉES pour 1 kg de FARINE (1)				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- farine type 55	**kg**	**1,000**		
- beurre	**kg**	**0,500**		
- sucre glace ou semoule	**kg**	**0,500**		
- sel	**kg**	**0,010**		
- œufs	**pièce**	**4**		
Parfums facultatifs selon utilisation				
- vanille	**l**	**PM**		
- café	**l**	**PM**		
- cacao	**kg**	**PM**		
- levure chimique (facultatif)	**kg**	**0,020**		
Durée moyenne de préparation			**20 min**	

(1) L'unité de base de la réalisation de la pâte sablée est le kg de farine. Ces proportions permettent de réaliser 40 à 45 sablés individuels.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail et s'assurer de sa propreté

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



2) Réaliser la pâte sablée

- Tamiser la farine directement sur le marbre.
  Si le sucre glace est préféré au sucre semoule, le tamiser avec la farine.
- Ajouter la levure chimique (facultatif) : elle accentue la friabilité de la pâte.
- Assouplir le beurre et le disposer en petites parcelles sur la farine et le sucre.
- Mélanger délicatement l'ensemble de façon que tous les morceaux de beurre se trouvent enrobés de farine.
- Les écraser rapidement afin de préparer le sablage.
- Sabler le mélange entre les deux mains pour obtenir une poudre fine proche du sable.
- Mettre le sablage en fontaine et ajouter le sel et les œufs légèrement battus à la fourchette.
- Incorporer progressivement le sablage de l'intérieur de la fontaine, à l'élément liquide.
- Ecraser rapidement à pleines mains, sans pétrir. La pâte se forme et ressort entre les doigts.
- Former les boules de pâte et les fariner légèrement.
- Si nécessaire, fraiser la pâte une seule fois et énergiquement à l'aide d'un coupe-pâte.
- Reformer les boules, les fariner, les aplatir légèrement à l'aide d'un rouleau ; les envelopper dans un sac en plastique alimentaire avant de les réserver en enceinte réfrigérée.



RECOMMANDATIONS

Les précautions citées page 482 pour la pâte brisée s'appliquent également à la pâte sablée. Toutefois, les parures non pétries peuvent aussi être utilisées, il suffit de les incorporer à la boule de pâte suivante et ainsi de suite. Les abaisses et les fonçages ainsi réalisés doivent reposer en enceinte réfrigérée durant au moins une heure avant la cuisson.

LA PÂTE SABLÉE RÉALISÉE À LA MAIN



- Tamiser la farine et le sucre glace directement sur le marbre, ajouter la levure (facultatif).
- Assouplir le beurre et le disposer en petites parcelles sur le sucre et la farine.



- Mélanger délicatement l'ensemble de façon que tous les morceaux de beurre se trouvent enrobés de farine.
- Les écraser rapidement afin de préparer le sablage.
- Sabler entre les deux mains de façon à obtenir une poudre proche du sable.



- Mettre le sablage en fontaine.
- Ajouter le sel et les œufs légèrement battus à la fourchette (bien dissoudre le sel).



- Incorporer progressivement le sablage de l'intérieur de la fontaine, aux œufs.
- Ecraser rapidement à pleines mains, sans pétrir. La pâte se forme et ressort entre les doigts.
- Former les boules de pâte et les fariner légèrement.



- Si nécessaire, fraiser la pâte à l'aide d'un coupe-pâte en la tirant vers soi.



- Réunir à nouveau la pâte en boules.
- Les fariner légèrement, puis les envelopper dans un sac en plastique alimentaire avant de les réserver en enceinte réfrigérée.

REMARQUE

La pâte sablée peut être réalisée au mixeur selon la technique de la pâte brisée.

RÉALISER UNE ABAISSE RONDE ET UN FONÇAGE DE CERCLE À TARTE



Mettre en place le poste de travail
- 1 rouleau bien lisse et droit (ne jamais le laisser tremper, ni le gratter avec un couteau)
- 1 brosse à farine, 1 pique-vite
- 1 pince à tarte
- 1 cercle à tarte et une tourtière
- farine pour fleurer et beurre pour le cercle.

TECHNIQUE



Abaisser la pâte
- Fariner légèrement le marbre (fleurer).
- Si nécessaire, arrondir et aplatir la boule de pâte.
- Poser le rouleau au milieu de la pâte, appuyer modérément et régulièrement en maintenant les mains bien à plat aux extrémités du rouleau.
  Ne pas le pousser, exercer une pression régulière avec un mouvement de va-et-vient.
- Faire pivoter l'abaisse d'un huitième de tour et recommencer en s'assurant que l'abaisse n'adhère pas au marbre. Si c'est le cas, fariner à nouveau ou changer l'abaisse de place.



- Contrôler le diamètre de l'abaisse qui doit correspondre à celui du cercle plus la hauteur des deux côtés.
- Contrôler également son épaisseur qui doit être de 3 à 4 mm et très régulière.
- Brosser soigneusement l'abaisse avec la brosse à farine, la piquer avec le pique-vite.



- Beurrer copieusement le cercle avec du beurre en pommade.
- Enrouler l'abaisse autour du rouleau, puis la dérouler à l'envers au-dessus du cercle.
- Si nécessaire, recentrer l'abaisse et ôter l'excédent de farine.

SUITE



- Appliquer l'abaisse contre les parois du cercle. Ne pas tourner autour du cercle, mais le faire pivoter et travailler devant soi («à midi»).
- Appuyer modérément sur la pâte avec les deux pouces, en soulevant légèrement le cercle, pour que les bords de la pâte soient parfaitement parallèles au fond et forment un angle droit.



- Déterminer la hauteur des crêtes (parties dépassant du cercle) : 5 mm pour une tarte, 8 mm pour une quiche.
- Repousser un petit bourrelet de pâte de l'extérieur de l'abaisse vers l'intérieur du cercle ; le marquer sur le bord du cercle en appuyant avec le pouce.



- Découper l'excédent de pâte à l'aide d'un rouleau en le passant une ou deux fois sur le cercle.



- Relever régulièrement les crêtes en les pinçant entre le pouce et l'index, tout en travaillant devant soi («à midi»).
- Passer le doigt autour et à l'extérieur du cercle pour s'assurer que la pâte ne déborde pas.
- Poser le cercle ainsi foncé sur la tourtière.



- Pincer les crêtes à l'aide d'une pince à tarte.
  Tenir la pince entre le pouce et l'index et l'incliner vers l'extérieur du cercle.
  Maintenir les crêtes avec l'index replié de la main opposée.
- Pincer en biais sans fermer complètement la pince (environ 5 mm d'écartement) et former une sorte de torsade régulière améliorant la présentation du produit final.
- Placer le cercle foncé dans une enceinte réfrigérée durant au moins une demi-heure avant de le garnir.

FONCER
DES BARQUETTES ET DES TARTELETTES



Mettre en place le poste de travail
- 1 rouleau bien lisse et droit (ne jamais le laisser tremper, ni le gratter avec un couteau)
- 1 brosse à farine, 1 pique-vite
- barquettes et tartelettes parfaitement propres (il est possible de les beurrer très légèrement à l'aide d'un pinceau)
- 1 boîte d'emporte-pièce ronds, cannelés ou découpoirs à pâte
- farine pour fleurer

TECHNIQUE

1ère MÉTHODE



Abaisser la pâte
- Fariner légèrement le marbre (fleurer).
- Equarrir (donner une forme proche d'un carré ou d'un rectangle) et aplatir.
- Abaisser la pâte à l'aide d'un rouleau avec un mouvement de va-et-vient.
- Donner un quart de tour à la pâte de façon à obtenir un carré, et recommencer l'opération jusqu'à l'épaisseur souhaitée.
- S'assurer que l'abaisse n'adhère pas au marbre. Si elle adhère, fariner à nouveau légèrement ou changer l'abaisse de place.



- Oter l'excédent de farine avec la brosse.
- Piquer l'abaisse à l'aide du pique-vite.



- Détailler de petites abaisses rondes ou ovales (selon la forme des moules) à l'aide d'un découpoir à pâte.
- Les prévoir légèrement plus grandes que les moules à foncer pour tenir compte des bords et des crêtes (parties dépassant les bords des moules).



- Retourner les petites abaisses et les appliquer bien centrées à l'intérieur des moules.
- Redonner un léger coup de brosse pour chasser l'excédent de farine.

SUITE

REMARQUE

Abaisser la pâte de la forme d'un carré permet de limiter les risques d'élasticité et de mieux la répartir dans les deux sens. Les pièces détaillées dans une abaisse rectangulaire (étirée toujours dans le même sens) sont susceptibles de se déformer à la cuisson.



- Foncer les tartelettes ou les barquettes.
  Appliquer le pouce au fond du moule et le tourner pour faire adhérer la pâte uniformément et chasser l'air.



- Monter les crêtes.
  Pincer légèrement les crêtes à l'aide du pouce et de l'index, en les faisant dépasser du moule d'environ 5 mm.

2ème MÉTHODE (PAR TAMPONNAGE)



- Abaisser la pâte et la piquer.
- Fleurer généreusement de façon à délimiter le pourtour de l'abaisse.
- Eliminer la farine sur l'abaisse à l'aide de la brosse.
- Enrouler la pâte sur le rouleau.



- Sur l'emplacement de l'abaisse, disposer les barquettes ou les tartelettes en quinconce, sans trop les serrer.
- Dérouler l'abaisse à l'envers, le côté brossé vers l'intérieur des moules.
- Brosser à nouveau l'excédent de farine.



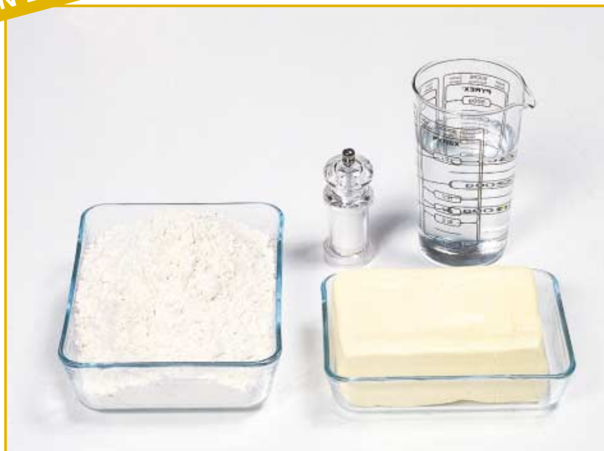
- Appliquer l'abaisse à l'intérieur des moules grâce à un petit morceau de pâte prélevé sur les parures.
- Tamponner légèrement pour faire adhérer parfaitement l'abaisse aux moules et chasser l'air.



- Découper l’abaisse en passant le rouleau une ou deux fois sur les moules.
- Foncer et monter les crêtes, comme précédemment.

LA PÂTE FEUILLETÉE (MÉTHODE DU FEUILLETAGE DE BASE)

BON D'ÉCONOMAT



DENRÉES pour 1 kg de FARINE (1)				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- farine type 55 - sel fin - eau	kg kg l	1,000 0,020 0,50		
- matière grasse pour pâte feuilletée	kg	0,750		
- farine pour tourer	kg	0,050		
Durée moyenne de réalisation - travail réel - dans le temps			30 min 2 h minimum	

(1) L'unité de base de la réalisation de la pâte feuilletée est le kg de farine. Ces proportions permettent de réaliser 4 tartes en bandes de 8 couverts.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail et s'assurer de sa propreté

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Réaliser la détrempe

- Tamiser la farine directement sur un marbre (réfrigéré de préférence) et la mettre en fontaine.
- Ajouter le sel et l'eau, dissoudre le sel du bout des doigts et incorporer progressivement la farine au liquide, en partant des bords de la fontaine.

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



Lorsque le mélange s'épaissit et ne risque plus de couler, finir rapidement l'assemblage de la détrempe à la main ou à l'aide d'un coupe-pâte, en veillant à la travailler le moins possible.

Selon la qualité de la farine, il est parfois nécessaire de rajouter un peu d'eau. L'ajouter avant la fin de l'assemblage de la détrempe.

- Rassembler la pâte en boule, la fariner très légèrement et lui faire une incision en croix d'environ 2 cm d'épaisseur.

  Cette opération permet de rompre l'élasticité de la détrempe et de la détendre.

- Envelopper la détrempe dans un sac en plastique alimentaire et l'entreposer dans un endroit frais durant 20 à 30 min.

  Cette première phase peut être réalisée à l'aide d'un batteur-mélangeur.

3) Beurrer la détrempe

- Assouplir la matière grasse à la main ou à l'aide du rouleau, sur le plan de travail légèrement fariné.

  Elle doit être souple, «plastique» et de la même consistance que la détrempe.

  Lui donner la forme d'un carré d'1 cm à 1,5 cm d'épaisseur.

- **Abaisser la détrempe**

Plusieurs techniques peuvent être appliquées :

- détrempe abaissée en rond - schéma 1
- détrempe abaissée en carré - schéma 2

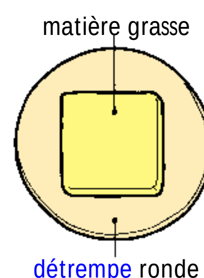


SCHÉMA 1

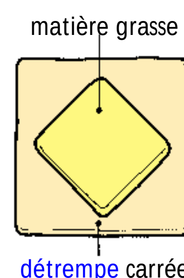
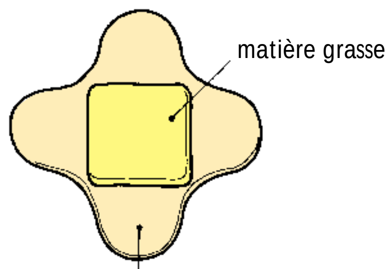


SCHÉMA 2

- détrempe abaissée en étoile à quatre branches en gardant le centre de l'abaisse un peu plus épais que les branches - schéma 3.



détrempe en étoile à quatre branches

SCHÉMA 3

- Disposer la matière grasse au centre de la figure retenue, puis l'envelopper en repliant les bords de la détrempe sans trop les superposer - schémas 4 et 5.

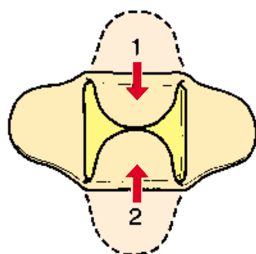


SCHÉMA 4

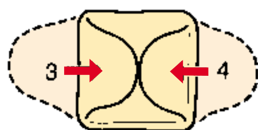


SCHÉMA 5

- Egaliser l'épaisseur du pâton à l'aide du rouleau.

4) Tourer le pâton

- Abaisser (allonger) le pâton toujours dans le même sens, de façon à obtenir un rectangle trois fois plus long que large - schéma 6.

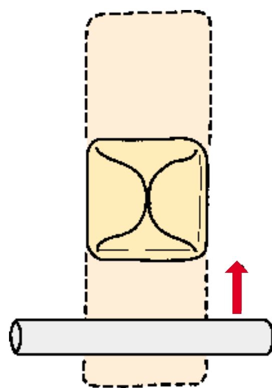


SCHÉMA 6

- S'assurer que le pâton n'adhère pas au marbre et fleurer fréquemment par de très petites quantités de farine.

  L'épaisseur de l'abaisse doit être régulière et les angles du rectangle parfaitement droits.
- Eliminer l'excédent de farine à l'aide de la brosse et plier l'abaisse en trois.

Ramener le tiers supérieur de l'abaisse sur celui du milieu, puis replier le tiers inférieur sur les deux autres - schémas 7 et 8.

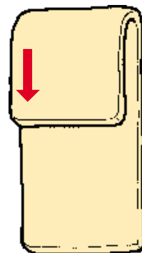


SCHÉMA 7

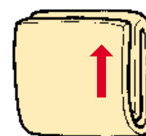


SCHÉMA 8

- Egaliser l'épaisseur du pâton à l'aide du rouleau.

  Cette opération correspond au premier tour.

5) Donner le deuxième tour

- Tourner le pâton d'un quart de tour sur la droite (tout au long du tourage, l'ouverture du pliage doit se trouver sur le même côté : à droite, dans ce cas) - schéma 9.

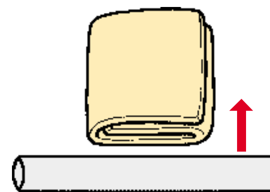


SCHÉMA 9

- Souder les deux extrémités du pâton en appuyant légèrement avec le rouleau, et abaisser à nouveau le pâton de la forme d'un rectangle trois fois plus long que large.
- Fleurer fréquemment par petites quantités.
- Eliminer l'excédent de farine avec la brosse et plier le pâton en trois comme précédemment.
- Donner un quart de tour au pâton (pliure à droite) et matérialiser les deux tours en marquant l'angle gauche du pâton de l'empreinte de deux doigts.
- Envelopper la pâte feuilletée à deux tours dans un sac en plastique alimentaire et la laisser se détendre dans un endroit frais durant 20 à 30 min.

6) Donner le troisième et le quatrième tour au pâton

- Procéder en respectant les mêmes recommandations que pour le premier et le deuxième tour.
- Marquer l'angle gauche du pâton de quatre empreintes de doigt.

REMARQUE

Pour une utilisation immédiate, laisser le feuilletage se détendre à nouveau durant 20 à 30 min, et lui redonner ensuite deux tours supplémentaires. Toutefois, il est préférable d'arrêter à quatre tours, de laisser reposer la pâte feuilletée toute la nuit, et de lui donner les deux derniers tours au moment de son utilisation.

7) Donner le cinquième et le sixième tour au pâton

- Effectuer les deux derniers tours en suivant les mêmes indications que pour le premier et le deuxième tour.

LA PÂTE FEUILLETÉE «AU BEURRE»

La réalisation de la pâte feuilletée avec du beurre nécessite les précautions supplémentaires suivantes :

- Choisir un beurre d'excellente qualité, de préférence sec, ayant des qualités «plastiques» importantes (voir le livre «Technologie culinaire» - Editions BPI).
- Incorporer du beurre fondu et refroidi à la détrempe (environ un dixième de son poids).
- Travailler sur un tour réfrigéré.
- Entre les tours, entreposer le pâton en enceinte réfrigérée et respecter très précisément les temps de repos.

DENRÉES pour 1 kg de FARINE				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- farine type 55 **- sel fin** **- beurre fondu refroidi** **- eau**	**kg** **kg** **kg** **l**	**1,000** **0,020** **0,150 à 0,200** **0,50 à 0,60**		
- beurre sec	**kg**	**0,750**		
- farine pour tourer	**kg**	**0,050**		
Durée moyenne de réalisation **- travail réel** **- dans le temps**			**30 min** **2 h minimum**	

(1) L'unité de base de la réalisation de la pâte feuilletée est le kg de farine. Ces proportions permettent de réaliser 4 tartes en bandes de 8 couverts.

TECHNIQUE

1) Réaliser la détrempe comme précédemment. Y ajouter en plus de l'eau, de 0,150 à 0,200 kg de beurre fondu et refroidi. La détrempe est plus souple, il faut la raffermir en enceinte réfrigérée.

2) Beurrer la détrempe et tourer le pâton comme précédemment.



RECOMMANDATIONS

- *En général, la détrempe est hydratée à 50 % du poids de farine. Cependant, selon sa qualité, il est parfois nécessaire de rajouter un peu d'eau.*
- *Pour une utilisation immédiate, la détrempe doit être maintenue un peu plus souple que pour une utilisation ultérieure (davantage hydratée).*
- *Eviter de donner du corps à la pâte en la travaillant excessivement : une pâte élastique est difficile à travailler, les durées de repos sont augmentées et les pièces détaillées ont de fortes chances de se rétracter à la cuisson.*
- *Amener la matière grasse à la même consistance que la détrempe : elle doit s'étirer et glisser entre les couches de détrempe sans se rompre.*
- *Utiliser une matière grasse ayant une grande plasticité.*
- *Durant les phases de repos, bien envelopper la détrempe ou le pâton pour éviter son dessèchement superficiel (risques de croûtage).*
- *Respecter les durées de repos de la pâte (risques d'élasticité).*
- *Selon la température du laboratoire, maintenir la détrempe ou le pâton en enceinte réfrigérée. Le sortir quelques instants avant son utilisation. La reprise de la température ambiante permet d'homogénéiser la consistance de la pâte et de la matière grasse. Un feuilletage «bloqué» par le froid s'abaisse mal, les feuillets s'écrasent et se déchirent sous le rouleau et la matière grasse s'échappe de la pâte durant la cuisson.*

  En aucun cas n'essayer d'abaisser le pâton en le frappant avec le rouleau (écrasement des feuillets).
- *Fariner (fleurer) fréquemment la pâte et le rouleau, mais avec très peu de farine à la fois. Eliminer l'excédent en brossant la pâte avant de la replier.*
- *Dans le cas d'une préparation à l'avance, il est recommandé de s'arrêter à quatre tours, d'envelopper la pâte et de la réserver en enceinte réfrigérée jusqu'au lendemain.*
- *Après un moment de remise à température ambiante, donner les deux derniers tours avant l'utilisation.*
- *La pâte feuilletée est généralement utilisée à six tours. Toutefois, certains professionnels l'utilisent à cinq tours pour la confection de croûtes de bouchées, de vol-au-vent et de Pithiviers.*
- *Limiter les risques de déformation en réfrigérant les pièces détaillées durant une trentaine de minutes avant de les marquer en cuisson.*
- *Réserver les parures (rognures) de feuilletage en les empilant soigneusement sans les pétrir. Elles se développent moins, mais elles peuvent être utilisées pour la réalisation de mille-feuilles, de fonds de tartes, et de tous les amuse-bouche salés (palmiers au fromage, sacristains, allumettes, paillettes, etc.).*



• Tamiser la farine directement sur le marbre ; la regrouper à l'aide de la brosse à farine.



• Mettre la farine en fontaine. La fontaine doit être suffisamment importante pour contenir la quantité d'eau.



• Ajouter le sel et l'eau ; dissoudre le sel du bout des doigts.



• Incorporer progressivement la farine au liquide en partant du bord intérieur de la fontaine. Ne pas pétrir, juste mélanger avec les doigts.



• Dès que le mélange s'épaissit et ne risque plus de couler, finir d'assembler les éléments à l'aide d'un coupe-pâte.



• Rassembler la détrempe en boule.
• La fariner légèrement.
• L'inciser sur le dessus à l'aide d'un couteau.
• L'envelopper dans un sac en plastique alimentaire.
• La réserver en enceinte réfrigérée.

SUITE



• Assouplir la matière grasse à l'aide du rouleau, sur un marbre légèrement fariné. Elle doit être de la même consistance que la détrempe.
• Lui donner la forme d'un carré régulier d'1 cm à 1,5 cm d'épaisseur.



• Abaisser la détrempe.
• Envelopper le beurre, ne pas trop superposer les bords de la détrempe.
• Egaliser l'épaisseur du pâton à l'aide du rouleau.



• Abaisser le pâton (l'allonger toujours dans le même sens) de façon à obtenir un rectangle 3 fois plus long que large.



• Plier le pâton en trois : ramener le tiers supérieur de l'abaisse sur celui du milieu, puis replier le tiers inférieur sur les deux autres.



• Déplacer le pâton d'un quart de tour sur la droite (l'ouverture de la pliure doit être à droite).
• Abaisser à nouveau le pâton de la forme d'un rectangle 3 fois plus long que large.
• Replier l'abaisse en trois selon les indications précédentes.

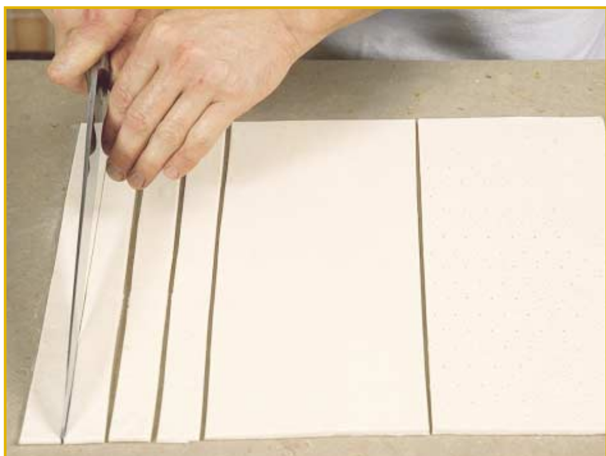


• Marquer le pâton avec l'empreinte des deux doigts (les appliquer à plat afin de ne pas crever les couches de détrempe).
• Envelopper le pâton de feuilletage à deux tours et le réserver au frais durant 20 à 30 min.
• Redonner deux autres tours, laisser reposer la pâte à nouveau durant 20 à 30 min, puis donner les deux derniers tours.

RÉALISER DES TARTES FEUILLETÉES EN BANDES



Compter environ 600 g à 700 g de pâte terminée pour deux tartes de 4 couverts fermées aux extrémités, et 500 g à 600 g pour une tarte de 8 couverts ouverte aux extrémités.



- Abaisser le pâton de feuilletage de la forme d'un carré d'environ 36 à 38 cm de côté, sur 3 à 4 mm d'épaisseur maximum.
- Détendre la pâte en la soulevant avant de la détailler.
- Parer l'abaisse si nécessaire, puis détailler 2 bandes d'environ 14 cm de largeur pour les fonds, et 4 bandelettes de 2 à 2,5 cm de largeur pour les côtés.
- Plier et réserver les bandelettes en évitant de les allonger.
- Brosser et piquer les fonds à l'aide d'un pique-vite.



- Enrouler les abaisses des fonds sur le rouleau, puis les dérouler à l'envers sur la plaque à pâtisserie légèrement humidifiée.
- Brosser l'excédent de farine.



- Mouiller les bords des fonds de tartes à l'aide d'un pinceau et appliquer délicatement les bandelettes sans les déformer.
- Les souder en appuyant légèrement avec les doigts sur les côtés intérieurs de chaque tarte.

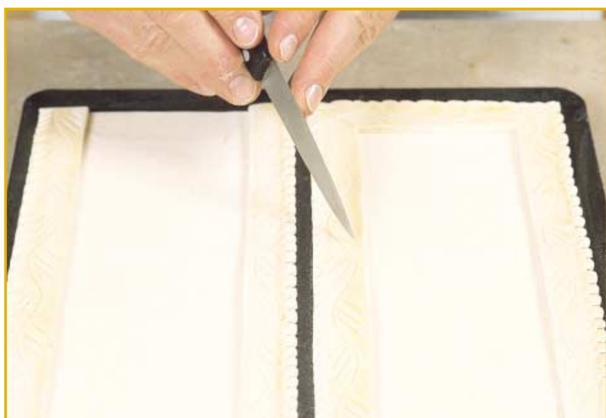


- Chiqueter les bords avec le dos d'un petit couteau d'office tenu légèrement incliné.

SUITE



- Dorer les bords des tartes à l'œuf battu, à l'aide d'un pinceau. Prendre soin de ne pas faire couler la dorure sur les côtés extérieurs des tartes (il est possible de dorer avant de chiqueter).



- Rayer (décorer) facultativement les bandelettes des bords avec le dos d'un couteau d'office ou d'une fourchette.
- Laisser reposer les tartes en bandes durant 20 à 30 min avant la cuisson.

REMARQUE

Il est possible d'utiliser la méthode suivante qui est plus économique en pâte et plus rapide :

- *Abaisser la pâte en forme de rectangle ayant 28 cm de largeur sur 36/38 cm de longueur, et 3 à 4 mm d'épaisseur.*
- *Détailler les quatre bandelettes de 2 cm de largeur, les plier en quatre et les réserver sans les allonger.*
- *Elargir l'abaisse qui reste en l'abaissant de la forme d'un rectangle de 28 cm de largeur sur 36 à 38 cm de longueur.*
- *La partager en deux de façon à obtenir deux fonds rectangulaires de 14 cm sur 36 ou 38 cm.*
- *Brosser et piquer les fonds à l'aide d'un pique-vite.*
- *Les plier, puis les retourner sur une plaque à pâtisserie humidifiée.*
- *Mouiller les bords et appliquer les bandelettes non piquées ; souder, dorer, chiqueter et rayer.*
- *Selon les fruits utilisés, les tartes en bandes peuvent être cuites à blanc avant le garnissage (tartes aux fraises, aux framboises, aux kiwis) ou cuites garnies (tartes aux poires, aux abricots, aux pommes).*

RÉALISER DES TARTES RONDES EN PÂTE FEUILLETÉE

TARTE RONDE ORDINAIRE OU À BORDURE RAPPORTÉE



Compter environ 480 à 500 g de pâte terminée pour une tarte de 8 couverts.



- Arrondir les angles du pâton de feuilletage ou les couper et les remettre à l'intérieur de la pâte.
- Abaisser régulièrement la pâte de la forme d'un cercle légèrement plus grand que la tarte souhaitée (29 cm de diamètre pour une tarte de 28 cm), puis la détendre en la soulevant.
- Parer l'abaisse avec un emporte-pièce à vol-au-vent de 28 cm de diamètre, puis découper une couronne avec un autre emporte-pièce de 4 à 5 cm de diamètre inférieur.



- Plier la couronne en quatre, en évitant de la déformer.
- Abaisser à nouveau le fond de la tarte à 28 cm de diamètre, le détendre puis le parer ou l'égaliser grâce au premier emporte-pièce.
- Piquer le fond avec le pique-vite.



- Déposer l'abaisse ainsi obtenue à l'envers, sur une tourtière de diamètre approprié et légèrement humidifiée.
- Brosser l'excédent de farine.
- Humidifier les bords à l'aide d'un pinceau.
- Appliquer délicatement la couronne.
- Souder en appuyant légèrement avec les doigts.



- Chiqueter les bords, dorer et réserver durant 20 à 30 min en enceinte réfrigérée avant la cuisson.

TARTES RONDES EN «MARGUERITE» OU ROSACE



- Découper les bords de l'abaisse (piquée et retournée) en huit petits demi-cercles très réguliers, à l'aide d'un découpoir à pâte rond et cannelé.
- Détailler huit fleurons de même diamètre.



- Mouiller les bords du fond de tarte avec un pinceau.
- Appliquer les fleurons (festonner les bords), les souder délicatement, puis dorer.

AUTRE MODÈLE FESTONNÉ DE PÂTE À CHOUX



- Découper les bords d'une abaisse ronde piquée et retournée en forme de rosace, à l'aide d'un découpoir à pâte rond et uni ou cannelé.
- Mouiller les bords à l'aide d'un pinceau, et délimiter les portions en couchant un fin cordon de pâte à choux avec une poche et une douille ronde unie de 5 mm de diamètre.
- Dorer et marquer en cuisson.

RÉALISER UNE TARTE CARRÉE EN PÂTE FEUILLETÉE



- Montage identique à celui des tartes rectangulaires à bordures rapportées.



- Chiqueter les bords.
- Dorer et rayer ou décorer.
- Avant la cuisson, laisser les fonds de tartes reposer 20 à 30 min en enceinte réfrigérée.

RÉALISER DES FLEURONS

Les fleurons se confectionnent généralement avec des parures (rognures) de feuilletage.



- Abaisser les parures de feuilletage à 3 ou 4 mm d'épaisseur.
- Détendre la pâte en la soulevant.
- Brosser l'excédent de farine.
- Détailler les fleurons avec un emporte-pièce rond cannelé.
- Les cintrer, puis les disposer à l'envers sur une plaque à pâtisserie humidifiée.
- Les rayer, puis les dorer.
- Avant la cuisson, les laisser reposer 20 à 30 min en enceinte réfrigérée.

RÉALISER UN PITHIVIERS



- Abaisser deux abaisses rondes de 3 à 4 mm d'épaisseur, dont une légèrement plus grande que l'autre.
- Disposer la plus petite des abaisses sur une tourtière humidifiée.
- Mouiller les bords de l'abaisse sur 4 à 5 cm de largeur au minimum.
- Coucher la crème à l'aide d'une poche munie d'une douille unie.



- Retourner la plus grande des abaisses et l'appliquer délicatement sur la première en évitant d'emprisonner l'air.
- Chasser l'excédent de farine à l'aide d'une brosse.
- Appuyer sur les bords pour souder hermétiquement les deux abaisses afin que la crème ne s'échappe pas durant la cuisson.

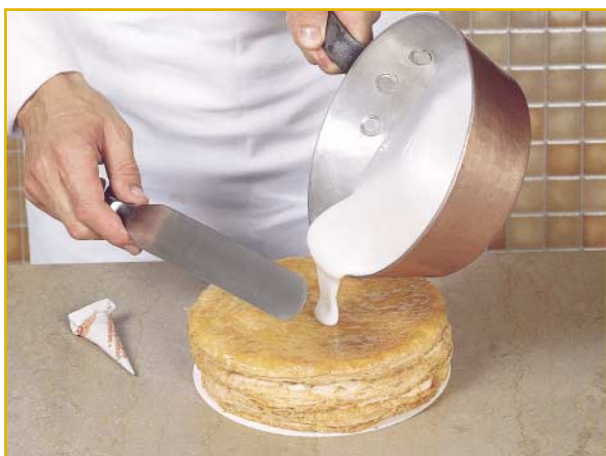


- Festonner les bords à l'aide d'un petit couteau d'office ou d'un emporte-pièce rond.
  Il est préférable d'utiliser un emporte-pièce à vol-au-vent ou un cercle à tarte de dimensions légèrement inférieures au Pithiviers afin de régulariser le festonnage.
- Dorer et laisser le Pithiviers reposer durant une vingtaine de minutes en enceinte réfrigérée.



- Dorer une seconde fois et rayer le dessus avec la pointe d'un couteau d'office.
- Piquer légèrement le pourtour et le centre du Pithiviers à l'aide d'une aiguille à brider afin de favoriser le passage de la vapeur durant la cuisson.
- Cuire à 230/240 °C jusqu'au début de la coloration, puis réduire le four à 200/210 °C.
- Glacer le Pithiviers 5 minutes avant de le débarrasser sur grille en le saupoudrant de sucre glace ou en le badigeonnant avec du sirop à 1.260°D.

GLACER (MARBRER) UN MILLE-FEUILLE AU FONDANT



- Contrôler la consistance et la température du fondant (36/37 °C), le détendre si nécessaire avec un peu de sirop à 1.260°D.
- Préparer le cornet avec du fondant au café ou au cacao. Le réserver dans un endroit tiède.
- Abricoter le dessus du mille-feuille et laisser refroidir le nappage.
- Napper uniformément le mille-feuille avec le fondant, le masquer soigneusement et lisser la surface à l'aide d'une spatule trempée dans de l'eau tiède et essuyée.



- Tracer rapidement un mince liseré de fondant coloré à l'aide du cornet. Partir du centre du mille-feuille et former une spirale régulière sans arrêter.
- Opérer très rapidement car le fondant se solidifie très rapidement.



- Rayer très rapidement le mille-feuille en tirant sur le fondant avec la pointe d'un petit couteau d'office.
- Partir du centre de l'entremets vers l'extérieur en déterminant les portions.
- Recommencer entre chaque part, en tirant dans l'autre sens, soit de l'extérieur vers l'intérieur.



- Parer le mille-feuille si nécessaire.
- Masquer les bords très régulièrement avec de la crème pâtissière, en les lissant avec une spatule.



- Appliquer des amandes effilées ou concassées grillées, puis disposer le mille-feuille sur une feuille de papier dentelle.

LA PÂTE À CHOUX

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 LITRE D'EAU (1)				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- eau (2)	**l**	**1**		
- sel fin	**kg**	**0,020**		
- sucre semoule (facultatif)	**kg**	**0,050**		
- beurre	**kg**	**0,400**		
- farine type 55	**kg**	**0,500**		
- œufs entiers (3)	**pièce**	**16**		
Dorure				
- œuf entier	**pièce**	**1**		
- lait	**l**	**PM**		
- beurre pour la plaque	**kg**	**0,020**		
Durée moyenne de réalisation			**20 min**	

(1) L'unité de base de la pâte à choux est le litre ; il est difficile de réaliser la pâte au-dessous du quart de l'unité. On parle souvent «d'œufs de pâte à choux» - Exemple : 4 œufs de pâte à choux. Ces proportions permettent de réaliser entre 60 et 70 beaux choux ou éclairs.

(2) Dans le cas de la réalisation de gnocchi à la parisienne ou de ramequins au fromage, il est possible de remplacer l'eau par du lait.

(3) La proportion peut varier de 14 à 20 selon le calibre des œufs.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail et s'assurer de sa propreté

- Peser, mesurer et contrôler les denrées, tamiser la farine.

2) Confectionner la détrempe

- Dans une sauteuse ou une russe de grandeur appropriée, réunir l'eau, le sel, le sucre (selon l'utilisation) et le beurre découpé en petites parcelles.
- Porter le mélange à ébullition pour obtenir simultanément la fusion du beurre et l'ébullition de l'eau.
- Retirer le récipient du feu, ajouter la farine en une seule fois (pour éviter les grumeaux).
- Dans un premier temps, mélanger lentement à la spatule en exoglass, puis remuer vigoureusement la détrempe jusqu'à l'incorporation complète de la farine.
- Remettre la sauteuse sur le feu et dessécher la détrempe durant une trentaine de secondes (moins pour une plus petite quantité) jusqu'à ce qu'elle n'adhère plus ni aux parois de la sauteuse, ni à la spatule.
- Débarrasser la détrempe dans une grande calotte, ou dans la cuve du batteur-mélangeur lors d'une réalisation à la machine.

3) Incorporer les œufs

- Les incorporer un par un au début tout en remuant vigoureusement, puis deux par deux au fur et à mesure qu'ils sont absorbés par la pâte.

4) Contrôler la consistance

- A partir du 14ème œuf, vérifier la consistance de la pâte.
- Ajouter les deux derniers œufs (voire un troisième) battus à la fourchette.
- Les incorporer progressivement demi-œuf par demi-œuf pour faire l'à-point précis de la consistance.
- Prendre un peu de pâte sur le bout de la spatule : la pointe doit retomber souplement en faisant le crochet.

5) Corner les bords de la calotte et utiliser la pâte immédiatement

SUITE



RECOMMANDATIONS

- *Les proportions indiquées peuvent être modifiées (0,600 kg de farine, 18 à 20 œufs selon leur calibre).*
- *Peser et mesurer précisément les quantités.*
- *Découper le beurre en petites parcelles (de très petites parcelles pour une réalisation en petite quantité, car lorsque l'eau bout avant la fusion du beurre, une partie de l'eau s'évapore et les proportions sont faussées).*
- *Le dessèchement de la détrempe est très rapide (particulièrement en petite quantité). La débarrasser dès qu'elle n'adhère plus ni aux parois de la sauteuse, ni à la spatule (il se forme une légère pellicule au fond de la sauteuse).*
- *Débarrasser la détrempe dans une calotte avant d'incorporer les œufs (risque de coagulation contre les parois de la sauteuse).*
- *Vérifier la consistance de la pâte, elle doit pouvoir être couchée sans difficulté. Trop molle, elle s'étale au four, trop ferme, elle se développe en formant des boursouflures irrégulières.*
- *Coucher les pièces en quinconce, en les espaçant suffisamment pour faciliter la circulation de l'air chaud, et favoriser le gonflement et le dessèchement (4 rangées de 6 choux ou 3 rangées de 6 éclairs, pour une plaque de 60 x 40 cm, par exemple).*
- *Régulariser la forme et le développement en quadrillant le dessus des pièces avec une fourchette trempée dans de l'eau.*
- *Dorer les choux avec beaucoup de précaution, en évitant que la dorure ne coule sur les côtés ou sur la plaque. En coagulant, l'œuf empêche le bon développement.*
- *Cuire les petites pièces à une température plus élevée que celle des grosses pièces (220 °C pour les petites, 190 à 210 °C pour les plus grosses). Un four trop chaud entraîne une coagulation superficielle et trop rapide des pièces qui de ce fait ne peuvent plus gonfler (risques de boursouflures et de craquelures).*
- *Commencer la cuisson avec le ouras fermé pour bien maintenir la vapeur (les buées) à l'intérieur du four dans le but de favoriser le développement, puis lorsque les pièces ont suffisamment de tenue, l'ouvrir pour terminer la cuisson et assurer le dessèchement (il peut être nécessaire d'entrouvrir la porte du four en fin de dessèchement).*
- *Débarrasser les pièces cuites sur une grille à pâtisserie (pour éviter la condensation et le ramollissement des pièces).*



- Dans une sauteuse, réunir l'eau, le sel, le sucre (selon l'utilisation) et le beurre découpé en petites parcelles.



- Porter le mélange à ébullition pour obtenir simultanément la fusion du beurre et l'ébullition de l'eau.



- Retirer la sauteuse du feu et verser en une seule fois la farine tamisée.
- Mélanger à l'aide d'une spatule en exoglass.



• Remettre la sauteuse sur le feu et dessécher la détrempe jusqu'à ce qu'elle n'adhère plus ni aux parois de la sauteuse, ni à la spatule.



• Débarrasser la détrempe dans une calotte (pour ne pas coaguler les œufs).



• Incorporer les œufs en remuant énergiquement.
• Faire l'à-point de la consistance.
• Corner la calotte.
• Utiliser immédiatement.

GARNIR UNE POCHE À DOUILLE



• Placer la douille choisie à l'intérieur de la poche, bien la bloquer et s'assurer qu'elle ne passera pas au travers de la poche lors du garnissage.



• Obstruer la douille en repliant une petite partie de la poche à l'intérieur.



• Retourner la partie supérieure de la poche en appliquant un tiers de sa hauteur sur la main.
Le pouce et l'index largement ouverts à l'horizontale permettent l'ouverture de la poche.

SUITE



• Garnir la poche à l'aide d'une corne ou d'une spatule en exoglass.
• Corner la pâte sur le pouce situé à l'intérieur du dédoublement de la poche.



• Fermer la poche en la plissant en accordéon à l'aide des deux mains (attention : ne pas emprisonner d'air !).
• Bien bloquer la partie plissée au ras de la pâte, entre le pouce et l'index, ceci pour éviter à la pâte de remonter.



• Vriller (tordre) avec l'autre main la partie plissée afin de pousser la pâte vers l'extrémité de la poche.
• Lever la poche (la douille vers le haut) et vriller un peu plus fort pour dégager la partie inférieure de la poche qui était dans la douille.

DRESSER DES CHOUX ET COUCHER DES ÉCLAIRS

Il est courant dans la profession d'utiliser indifféremment le terme «coucher» pour les choux et pour les éclairs.



• Dresser les choux sur une plaque légèrement beurrée, avec une poche munie d'une douille ronde unie d'1 cm à 1,2 cm de diamètre.
• Les coucher en quinconce et en laissant suffisamment d'espace entre eux pour faciliter leur gonflement et leur dessèchement.
• Tenir la poche presque perpendiculairement à la plaque. A 1 cm de la plaque, exercer une pression lente et régulière, tout en maintenant l'extrémité de la poche avec l'autre main.
• Arrêter la pression lorsque le chou atteint la grosseur souhaitée.
• Couper la pâte instantanément en exerçant un mouvement semi-circulaire de la poche et en effleurant la surface du chou.



• Coucher les éclairs sur une plaque légèrement beurrée avec une poche munie d'une douille ronde unie d'1 cm à 1,2 cm de diamètre.
• Les coucher légèrement en biais et les espacer suffisamment afin de favoriser leur gonflement et leur dessèchement.
• Les coucher en quinconce pour qu'ils ne collent pas entre eux.
• Arrêter la pression dès que la longueur souhaitée est obtenue.
• Couper la pâte instantanément sans tirer et en remontant légèrement sur l'éclair.



• Dorer les choux ou les éclairs très légèrement, en évitant de laisser couler de la dorure sur la plaque de cuisson.



• Rayer ou quadriller la surface à l'aide d'une fourchette trempée dans de l'eau.

AUTRES UTILISATIONS DE LA PÂTE À CHOUX



Coucher un Paris-Brest

• Marquer la taille souhaitée du Paris-Brest sur la plaque beurrée à l'aide d'un emporte-pièce à vol-au-vent fariné.

ou

• Coucher deux couronnes de pâte à choux l'une à côté de l'autre à l'intérieur d'un cercle à tarte beurré, puis une troisième sur le dessus. Utiliser une douille ronde unie de 8 à 10 mm de diamètre.



• Dorer facultativement, puis recouvrir d'amandes effilées.



Fond de Saint-Honoré

• Sur un fond piqué de parure de feuilletage ou de pâte sucrée, coucher une spirale de pâte à choux à 5 mm des bords (cette technique permet de moins garnir le Saint-Honoré en crème).

GARNIR ET GLACER AU FONDANT DES CHOUX ET DES ÉCLAIRS



• Percer les choux ou les éclairs avec la pointe d'un petit couteau d'office en tournant et en appuyant légèrement (il est possible également d'utiliser une douille cannelée).

SUITE

• Pratiquer un seul trou pour les choux, deux ou trois pour les éclairs, selon leur longueur.



• Garnir les choux ou les éclairs à l'aide d'une poche munie d'une douille n° 5 ou 6 maximum (il faut compter environ 3 litres de crème pâtissière pour 1 litre de pâte à choux).
• S'assurer qu'ils soient bien pleins et lourds.
• Les disposer méthodiquement au fur et à mesure, à l'envers sur une grille afin d'éviter que la crème ne coule.

GLACER LES CHOUX OU LES ÉCLAIRS
(MÉTHODE PAR TREMPAGE)



• Contrôler la consistance et la température du fondant (36/37 °C). Le détendre si nécessaire avec un peu de sirop à 1.260°D.
• Tremper la partie supérieure des choux ou des éclairs dans le fondant en appuyant très légèrement, ceci afin de faire adhérer le fondant aux choux ou aux éclairs.



• Retirer le chou ou l'éclair et le maintenir verticalement afin que l'excédent de fondant descende régulièrement et ne coule pas sur les côtés.
• Enlever l'excédent du fondant, soit avec le doigt, soit à l'aide d'une petite spatule.



• Répartir uniformément et rectifier le fondant sur le côté des choux ou des éclairs, avec le doigt ou à l'aide d'une petite spatule.

LA PÂTE À NOUILLES

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 kg de FARINE (1)	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Formule de base				
- farine type 45	**kg**	**1,000**		
- sel fin	**kg**	**0,020**		
- œufs entiers	**pièce**	**10**		
- huile (facultatif)	**l**	**0,05**		
farine type 55 pour abaisser	**kg**	**0,100**		
ou				
- semoule fine de blé dur	**kg**	**0,750**		
- farine type 55	**kg**	**0,250**		
- sel fin	**kg**	**0,020**		
- œufs	**pièce**	**10**		
- farine type 55 pour abaisser	**kg**	**0,100**		
Pâte à raviolis				
- farine type 45	**kg**	**1,000**		
- sel fin	**kg**	**0,020**		
- œufs entiers	**pièce**	**6**		
- œufs (jaunes)	**pièce**	**4**		
- eau	**l**	**0,10**		
- huile	**l**	**0,10**		
- farine type 55 pour abaisser	**kg**	**0,100**		
Durée moyenne de réalisation			**45 min**	

(1) L'unité de base de la réalisation de la pâte à nouilles est le kg de farine ou de semoule. Ces propositions permettent de réaliser environ 20 portions de pâtes.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail et s'assurer de sa propreté

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Confectionner la pâte à nouilles

- Tamiser la farine directement sur le marbre et la mettre en fontaine.
- Ajouter le sel, l'huile et les œufs (ils peuvent être légèrement battus à la fourchette avant d'être incorporés dans la fontaine).
- Bien dissoudre le sel avec les œufs.
- Incorporer progressivement la farine en commençant par le milieu de la fontaine, ne pas pétrir, et arrêter l'opération dès que la pâte ne colle plus au plan de travail.

3) Diviser la pâte en boules (les boules correspondent à une portion : 0,080 kg)

- Les fariner légèrement, puis les envelopper dans un sac en plastique alimentaire et les réserver en enceinte réfrigérée durant 20 à 30 min.

4) Abaisser les boules de pâte

- Fariner légèrement le marbre et abaisser les boules de pâte, toujours dans le même sens de façon à obtenir des abaisses de forme rectangulaire.
- Terminer d'abaisser la pâte à l'aide d'un laminoir.
- Opérer progressivement en farinant légèrement l'abaisse et les rouleaux du laminoir.
- Débarrasser les abaisses très fines sur une grille à pâtisserie recouverte d'un papier sulfurisé fariné. Laisser sécher durant quelques minutes.

5) Détailler les pâtes

- Selon la largeur désirée (fettucines, tagliatelles, pappardelles...), détailler les pâtes à l'aide du laminoir.

6) Débarrasser soigneusement les pâtes détaillées

- Les débarrasser sans faire d'épaisseur sur une grille à pâtisserie recouverte d'un papier sulfurisé fariné (éviter de trop les superposer).

REMARQUE

La pâte à nouilles peut être réalisée très rapidement à l'aide d'un mixeur.

SUITE



RECOMMANDATIONS

- *Travailler sur un marbre parfaitement propre.*
- *Tamiser impérativement la farine.*
- *Battre légèrement à la fourchette le mélange d'œufs, d'huile et de sel (le mélange sera plus homogène).*
- *Eviter de trop pétrir (la farine est riche en gluten et prend vite du corps).*
- *Diviser la pâte en petites boules (elle reposera plus rapidement).*
- *Bien envelopper la pâte dans un sac en plastique alimentaire pour éviter le dessèchement superficiel (croûtage).*
- *Laminer le plus fin possible (les pâtes réalisées à partir de farine de blé tendre ont tendance à gonfler à la cuisson).*
- *Les pâtes fraîches peuvent être colorées en vert, orange, jaune ou rouge, en ajoutant dans la pâte l'un des produits suivants : purée d'épinards ou extrait de chlorophylle d'épinards, fines herbes fraîchement hachées, jus de betterave rouge, curcuma, curry, safran...*
- *Des pâtes de couleurs différentes peuvent être mélangées.*
- *Cuire les pâtes dans une grande quantité d'eau bouillante salée, à raison de 8 à 10 g de sel par litre d'eau légèrement huilée.*
- *Cuire les pâtes fraîches à la commande, et non à l'avance. Ne jamais les rafraîchir !*
- *La cuisson est très rapide (souvent moins de deux minutes pour les pâtes plates de petites dimensions). Les pâtes doivent rester souples et résister légèrement sous la dent (cuisson al dente).*
- *Les pâtes fraîches destinées à une préparation froide (salade composée par exemple) doivent être égouttées, débarrassées sous faible épaisseur et brassées délicatement avec un peu d'huile. Elles refroidissent alors sans coller.*



- Tamiser la farine directement sur le marbre et la mettre en fontaine.
- Ajouter les œufs légèrement battus à la fourchette avec l'huile et le sel.



- Incorporer progressivement la farine en évitant de pétrir.
- Arrêter l'opération dès que la pâte ne colle plus au marbre.



- Diviser la pâte en boules, les fariner légèrement et les envelopper dans un sac en plastique alimentaire.
- Laisser les boules de pâte reposer durant 20 à 30 min en enceinte réfrigérée.



- Abaisser les boules de pâte au rouleau sur un tour légèrement fariné.
- Leur donner une forme rectangulaire de la largeur du laminoir.



- Finir d'abaisser très finement la pâte à l'aide d'un laminoir.
- Débarrasser les abaisses sur une grille à pâtisserie recouverte d'un papier sulfurisé légèrement fariné.



- Détailler les pâtes à l'aide d'un laminoir.
- Les disposer sous faible épaisseur sur une grille à pâtisserie recouverte d'un papier sulfurisé légèrement fariné.

SUITE

LA PÂTE OU APPAREIL À GÉNOISE

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 32 ŒUFS DE GÉNOISE (1)	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- œufs entiers - sucre semoule - farine type 55	pièce kg kg	32 1,000 1,000		
- beurre (facultatif)	kg	0,200		
Chemisage - beurre - farine type 55	 kg kg	 0,150 0,200		
ou - œufs entiers - sucre semoule - farine type 55 - fécule	 pièce kg kg kg	 32 1,000 0,800 0,200		
Génoise au chocolat - œufs entiers - sucre semoule - farine type 55 - fécule - cacao	 pièce kg kg kg kg	 32 1,000 0,800 0,200 0,100		
Durée moyenne de préparation			30 à 35 min	
Durée moyenne de cuisson pour un moule à manqué de 8 couverts			20 à 25 min à 180/200 °C	

(1) L'unité de base de la pâte à génoise est l'œuf : «réaliser 4, 8, 16 œufs de génoise». Ces proportions permettent de réaliser 10 moules à manqué de 8 couverts ou 6 feuilles de 60 x 40 cm.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail et s'assurer de sa propreté
- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Tamiser la farine
- La tamiser sur une feuille de papier sulfurisé.

3) Chemiser les moules (voir page 353)
- S'assurer de leur parfaite propreté.
- Beurrer soigneusement toute la surface des moules à l'aide d'un pinceau.
- Saupoudrer de farine tamisée.
- Taper délicatement le moule en le retournant pour enlever l'excédent de farine.
- Réserver le moule

4) Réaliser l'appareil à génoise
- Dans un bassin semi-sphérique, réunir les œufs entiers et le sucre semoule.
- Blanchir le mélange à l'aide d'un fouet à blancs souple et bien «pommé».

- Chauffer l'appareil
- Monter l'appareil en plaçant le bassin au bain-marie dans une sauteuse remplie d'eau à 80 °C.
- Fouetter vigoureusement sans arrêt jusqu'à ce que l'appareil atteigne la température moyenne de 40 à 45 °C (fouetter énergiquement en soulevant la masse pour incorporer le maximum d'air au mélange).
- Tenir le bassin incliné et le tourner régulièrement.
- Retirer le bassin de la sauteuse lorsque l'appareil a doublé de volume et atteint la température souhaitée.

- Monter l'appareil
- Continuer de fouetter énergiquement jusqu'au complet refroidissement de l'appareil.
- Bien soulever la masse et incorporer le maximum d'air.

- Contrôler la qualité du montage
- Il doit être ferme et faire «le ruban».

- Incorporer la farine et éventuellement le beurre

- Verser délicatement la farine tamisée en «pluie» en soulevant l'appareil avec une petite écumoire.
- Tourner le bassin d'1/8ème de tour à chaque coup d'écumoire et ne pas exagérer le mélange.
- Arrêter dès qu'il n'y a plus de traces de farine.
- Incorporer le beurre fondu refroidi s'il y a lieu avant que la farine ne soit complètement incorporée.

5) Mouler les génoises

Mouler immédiatement l'appareil,

- soit dans des moules chemisés (ne les remplir qu'aux deux tiers de leur hauteur), égaliser la hauteur sans lisser,
- soit sur des plaques à pâtisserie recouvertes d'un papier de cuisson, égaliser la hauteur sur 6 à 8 mm à l'aide d'une grande spatule en travaillant et en lissant le moins possible la pâte pour ne pas crever les petites bulles d'air incorporées lors du fouettage.

6) Marquer les génoises en cuisson

- Cuire immédiatement les génoises et les débarrasser sur grille après le démoulage.



RECOMMANDATIONS

- *Réaliser la mise en place avant de monter l'appareil à génoise : peser les denrées, chemiser les moules.*
- *Tamiser la farine (pour l'alléger et l'aérer, la tamiser avec la fécule et le cacao s'il y a lieu).*
- *Utiliser une farine faible en gluten (de type 55, par exemple).*
- *Bien nettoyer le bassin (s'il est en cuivre non étamé, le frotter avec un mélange de sel et de vinaigre, puis le rincer soigneusement).*
- *Utiliser un fouet à blancs souple et bien «pommé» qui incorpore davantage d'air dans l'appareil.*
- *Il est préférable de monter la génoise au batteur-mélangeur car elle est plus légère et d'un rendement supérieur.*

  Chauffer l'appareil directement dans la cuve du batteur placée au bain-marie, puis le monter en vitesse rapide et rétrograder dès que l'appareil est presque refroidi.

  Incorporer la farine tamisée directement dans la cuve à l'aide d'une écumoire en respectant les précautions citées au paragraphe 4.

  Si l'on veut incorporer du beurre à la pâte, l'ajouter fondu et refroidi, sous la forme d'un petit filet lorsque la farine est presque incorporée. Il s'incorpore avec les derniers coups d'écumoire.

  L'incorporation de cacao s'il y a lieu, s'effectue en même temps que celle de la farine. Les tamiser ensemble.
- *Ne pas chauffer l'appareil au-delà de 45 °C (risque de coagulation des œufs).*
- *Incorporer la farine avec beaucoup de précautions : à chaque coup d'écumoire supplémentaire, une petite quantité de bulles d'air s'échappe.*
- *Eviter les mouvements et les chocs brutaux car les bulles d'air vont s'échapper (ne pas taper le fouet sur les bords du bassin, par exemple).*
- *Cuire la génoise aussitôt après sa réalisation à 180/200 °C environ, ouras ouvert selon la grosseur des pièces, à 230/240 °C pour les génoises couchées sur feuilles qui doivent être saisies et non desséchées.*
- *Couvrir la génoise d'une feuille de papier d'aluminium si elle prend trop de coloration : elle doit être blonde. Une génoise bien cuite laisse apparaître un léger rétrécissement au niveau des bords du moule. Elle provoque un léger crissement à la pression du doigt (on dit alors qu'elle chante). Une aiguille piquée au centre doit ressortir sèche, sans aucune trace de vapeur. La consistance d'une génoise doit être souple et légèrement élastique.*
- *Dès leur sortie du four, démouler les génoises sur une grille à pâtisserie pour éviter les risques de condensation et de ramollissement.*
- *Essuyer immédiatement les moules pendant qu'ils sont encore chauds.*

LA PÂTE OU L'APPAREIL À GÉNOISE



SUITE



• Nettoyer soigneusement les moules (moules à manqué ou moules rectangulaires appelés caisses à génoise).



• Chemiser les moules : beurrer régulièrement toute la surface des moules à l'aide d'un pinceau. Tenir les moules par le dessous.



• Saupoudrer les moules de farine tamisée et les renverser sur une plaque à débarrasser en les tapant légèrement pour ôter l'excédent de farine.



• Dans le cas de génoises couchées sur feuilles de papier cuisson, fixer le papier aux quatre coins de la plaque avec un peu de beurre.



• Tamiser la farine sur une feuille de papier sulfurisé.



• Dans un bassin semi-sphérique, réunir les œufs entiers et le sucre.
• Blanchir légèrement le mélange à l'aide d'un fouet à blancs.



- Placer le bassin dans un bain-marie contenant de l'eau à 80 °C.
- Fouetter vigoureusement en soulevant l'appareil, jusqu'à ce qu'il atteigne une température de 40 à 45 °C.



- Retirer le bassin du bain-marie et fouetter sans arrêt l'appareil jusqu'à son refroidissement complet.



- Contrôler la qualité du montage : l'appareil doit être ferme et «faire le ruban».



- Incorporer délicatement la farine tamisée en pluie et éventuellement le beurre fondu.
  Ne pas mélanger plus que nécessaire.



- Mouler immédiatement les génoises. Remplir les moules aux deux tiers de leur hauteur.
- Egaliser délicatement sans lisser…



- ou coucher l'appareil sur une plaque à pâtisserie recouverte d'un papier cuisson.
- Egaliser la hauteur à 6 ou 8 mm à l'aide d'une grande spatule métallique.

MONTER UN ENTREMETS À BASE DE GÉNOISE ET DE CRÈME AU BEURRE



- Parer légèrement la génoise (si nécessaire).
- Pratiquer une légère incision sur le côté : elle servira de point de repère pour le montage de l'entremets.



- Placer la génoise sur un carton à entremets et le «coller» avec un peu de crème.



- Diviser la génoise en trois épaisseurs régulières à l'aide d'un couteau-scie.
- Disposer les «tranches» de génoise dans l'ordre et devant soi.
- Retourner la tranche du dessus pour l'imbiber de l'intérieur.



- Imbiber (puncher) les tranches de génoise avec un sirop à 1.2624°D (30°Baumé).
- Détendre avec un alcool ou une liqueur, selon le parfum recherché (densité ramenée à environ 1.1247°D soit approximativement à 16°Baumé).
- Le punchage peut se réaliser au fur et à mesure du montage de l'entremets, le déplacement et l'ajustement des tranches de génoise sont plus faciles.



- Masquer la première épaisseur de génoise imbibée avec une couche régulière de crème.



- Appliquer la deuxième épaisseur de génoise en se servant du repère. L'imbiber si cela n'a pas été fait et la masquer également d'une couche régulière de crème.



- Reconstituer la génoise en plaçant la dernière épaisseur imbibée sur les deux autres et en la retournant.
- Vérifier l'emplacement des repères afin de présenter un entremets parfaitement équilibré.
- Si nécessaire, appuyer légèrement sur la génoise à l'aide d'une plaque ronde parfaitement plate (tourtière ou grille ronde, par exemple).



- Masquer les bords de l'entremets avec la crème : maintenir l'entremets à la hauteur des yeux et appliquer une couche régulière de crème à l'aide d'une spatule métallique.



- Replacer l'entremets sur le marbre.
- Le masquer d'une couche régulière de crème d'environ 5 mm d'épaisseur.
- Lisser la surface à l'aide d'une grande spatule ou pratiquer des «chevrons» à l'aide d'un couteau-scie.



- Reprendre l'entremets sur la main à la hauteur des yeux et lisser les côtés.
- Rabattre la crème avec un mouvement de haut en bas de façon à obtenir des angles parfaitement nets.
- Raffermir l'entremets en enceinte réfrigérée.



- Appliquer les amandes grillées (effilées ou concassées), le chocolat en granulés, le praliné concassé, etc.



- Décorer l'entremets à l'aide d'une poche munie d'une douille cannelée.
- Ne pas trop remplir la poche : la crème au beurre fond très rapidement à la température de la main.

EXEMPLES D'ENTREMETS À BASE DE CRÈME AU BEURRE ET DÉCORÉS À LA POCHE













L'APPAREIL À BISCUITS (POUR CHEMISAGE DE CHARLOTTES)

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 20 ŒUFS	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- œufs (jaunes)	pièce	20		
- sucre semoule	kg	0,400		
- œufs (blancs)	pièce	20		
- sel fin (facultatif)	kg	PM		
- sucre semoule	kg	0,100		
- farine type 55	kg	0,400 à 0,500		
ou				
- œufs (jaunes)	pièce	20		
- sucre semoule	kg	0,400		
- œufs (blancs)	pièce	20		
- sel fin (facultatif)	kg	PM		
- sucre semoule	kg	0,100		
- farine type 55	kg	0,300 à 0,350		
- fécule	kg	0,100		
Parfums (selon utilisation)				
- vanille		PM		
- colorant		PM		
- cacao		PM		
chemisage des plaques (facultatif)				
- beurre	kg	0,050		
- farine	kg	0,050		
Durée moyenne de réalisation			12 à 15 min	
Durée moyenne de cuisson			10 à 12 min	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.
- Préparer les plaques à pâtisserie, les beurrer légèrement et les fariner, ou les recouvrir d'une feuille de papier spécial pour la cuisson. Beurrer légèrement la feuille.
- Tamiser la farine, ou le mélange farine et fécule, ou encore le mélange farine et cacao si le biscuit est chocolaté.
- Régler le four à 180/200 °C (idem la génoise).
- Préparer les poches et les douilles.

2) Réaliser l'appareil à biscuits

Les deux phases principales de la réalisation de l'appareil à biscuits se déroulent simultanément ; il est nécessaire de se faire aider, ou d'utiliser un batteur-mélangeur pour monter les blancs.

1ère méthode :

- Clarifier les œufs et déposer les blancs dans un bassin ou dans la cuve du batteur-mélangeur ; leur ajouter une très petite pincée de sel.
- Blanchir des jaunes avec les 0,400 kg de sucre : bien les blanchir dans une grande calotte jusqu'à ce qu'ils deviennent «mousseux» et fassent le ruban.
- Parallèlement, monter les blancs d'œufs en neige : lorsqu'ils sont aux 9/10ème du montage, bien les serrer avec 0,100 kg de sucre.
- Ajouter la farine tamisée sur les jaunes, sans remuer, afin de ne pas lui donner d'élasticité. Puis, ajouter le quart des blancs meringués.
- Mélanger délicatement à l'aide d'une écumoire ou d'une spatule en exoglass. Couper et mélanger l'appareil en donnant un quart de tour à la calotte entre chaque coup d'écumoire.
- Ajouter le reste des blancs en une seule fois et les mélanger délicatement sans excès.

2ème méthode :

- Blanchir soigneusement les jaunes avec le sucre.
- Monter les blancs d'œufs en neige, puis les meringuer.
- Verser les jaunes blanchis et la farine tamisée très progressivement sur les blancs meringués.
- Mélanger très délicatement.

SUITE

3) Corner les bords de la calotte et coucher immédiatement l'appareil à biscuits

4) Marquer les biscuits en cuisson

- Cuire immédiatement les biscuits au four à 180 à 200 °C durant 10 à 12 minutes.
- Ouvrir le ouras vers la moitié de la cuisson. Doubler les plaques, si nécessaire.

5) Débarrasser les biscuits sur grille dès leur sortie du four.

REMARQUE

Si un colorant est utilisé, l'ajouter lorsque les jaunes sont blanchis.



- Blanchir les jaunes d'œufs avec le sucre dans une grande calotte. L'appareil doit être «mousseux» et faire le ruban.



- Ajouter la farine, ou le mélange «farine-fécule» bien tamisé.
- Ne pas mélanger pour ne pas corser l'appareil (ne pas donner de l'élasticité).



- Simultanément, monter les blancs d'œufs en neige ; les meringuer lorsqu'ils sont aux 9/10ème de leur montage.
- Bien les serrer.



- Ajouter le quart des blancs meringués sur les jaunes blanchis et la farine.
- Mélanger très délicatement en coupant et en soulevant l'appareil.
- Ajouter le reste des blancs en une seule fois et mélanger sans excès.



- Coucher l'appareil à biscuits sur une plaque beurrée et farinée, ou recouverte d'un papier spécial cuisson légèrement beurré.
- Marquer immédiatement les biscuits en cuisson.



- Découper des bandes de biscuits et chemiser les cercles à entremets ou les moules à charlottes.

LA PÂTE À FRIRE

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 kg de FARINE (1)	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- farine type 55	kg	1,000		
- sel fin	kg	0,020		
- œufs entiers	pièce	10		
- huile	l	0,20		
- lait	l	1		
ou				
- bière	l	1		
ou				
- lait	l	0,50		
et				
- bière	l	0,50		
- œufs (blancs)	pièce	16		
sucre semoule pour serrer les blancs (facultatif selon utilisation)	kg	0,050		
Durée moyenne de préparation			30 min	

(1) L'unité de base de la réalisation de la pâte à frire est le kg de farine ou le litre de lait ou de bière. Ces proportions permettent de réaliser 40 portions de beignets.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail et s'assurer de sa propreté

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Réaliser la pâte à frire

- Tamiser la farine, la mettre dans une calotte et la disposer en fontaine.
- Ajouter le sel, les œufs entiers et les deux tiers de l'huile.
- Mélanger doucement à l'aide d'un fouet.
- Incorporer progressivement la farine en partant de l'intérieur de la fontaine, puis incorporer le reste en versant progressivement la bière ou le lait, ou la bière et le lait.
- Eviter de donner trop de corps (élasticité) à la pâte, ajouter le liquide au fur et à mesure qu'elle épaissit.

  La pâte ainsi obtenue doit être molle, mais beaucoup plus consistante que la pâte à crêpes.
- Corner les bords de la calotte et ajouter les reste de l'huile en surface pour éviter la formation d'une croûte.
- Couvrir la calotte avec un film en plastique alimentaire et laisser reposer la pâte durant 20 à 30 min.

3) Monter les blancs d'œufs en neige

- Si la pâte est destinée à des beignets sucrés, les serrer avec un peu de sucre semoule.

4) Terminer la pâte à frire

- Incorporer délicatement les blancs à la pâte.
- Mélanger la pâte pour incorporer l'huile de surface.
- Assouplir le mélange en ajoutant le quart des blancs d'œufs battus en neige.
- Incorporer délicatement le reste à l'aide d'une spatule ou d'une petite écumoire.
- Soulever délicatement la pâte en faisant pivoter la calotte dans le sens inverse du mélange.

5) Corner les bords de la calotte

6) Utiliser immédiatement la pâte.

SUITE



- Tamiser la farine et la mettre dans une calotte.
- La disposer en fontaine à l'aide d'un fouet à sauce.



- Ajouter le sel, les œufs entiers et les deux tiers de l'huile.
- Mélanger délicatement sans prendre la farine.



- Verser progressivement la bière ou le lait, ou la bière et le lait, et mélanger sans donner de corps (élasticité) à la pâte.
  L'intégralité du liquide peut être ajouté en une seule fois, en même temps que les œufs, l'huile et le sel, mais des grumeaux peuvent se former.



- Corner les bords de la calotte et ajouter le reste de l'huile afin d'empêcher la formation d'une croûte.
- Couvrir la calotte avec un film en plastique alimentaire et laisser reposer la pâte durant 20 à 30 min.



- Monter les blancs d'œufs en neige (ajouter une petite pincée de sel fin).
- Si la pâte est destinée à réaliser des entremets, les serrer avec un peu de sucre.



- Incorporer délicatement les blancs d'œufs battus en neige.
  Assouplir la pâte en ajoutant d'abord le quart des blancs, puis incorporer le reste très délicatement.
- Corner les bords de la calotte.
- Utiliser la pâte immédiatement.

LA PÂTE À CRÊPES

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 l de LAIT (1)	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- farine type 55	kg	0,450 à 0,500		
- sel fin	kg	0,010		
- sucre semoule (facultatif selon utilisation)	kg	0,050		
- œufs entiers	pièce	6		
- lait	l	1		
- beurre	kg	0,100		
ou				
- farine	kg	0,450 à 0,500		
- sel fin	kg	0,010		
- sucre semoule (facultatif)	kg	0,050		
- œufs entiers	pièce	6		
- lait	l	0,50		
- bière	l	0,50		
- beurre	kg	0,100		
Crêpes de sarrasin				
- farine de blé noir	kg	0,300		
- farine type 55	kg	0,200		
- sel fin	kg	0,010		
- sucre (facultatif)	kg	0,050		
- œufs entiers	pièce	6		
- lait	l	1		
ou				
- lait	l	0,50		
et				
- cidre	l	0,50		
- beurre	kg	0,100		
- beurre clarifié	kg	0,100		
ou				
- huile pour la cuisson des crêpes	l	0,10		
Durée moyenne de préparation			20 min	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail et s'assurer de sa propreté

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Réaliser la pâte à crêpes

- Disposer la farine en fontaine dans une calotte. Ajouter le sel, éventuellement le sucre, et les œufs entiers.
- Mélanger ces éléments au centre de la fontaine sans prendre de farine.
- Incorporer progressivement la farine en versant le lait, ou le lait et la bière, au fur et à mesure que la pâte épaissit.
- Ne pas attendre que la pâte épaississe de trop avant d'ajouter du lait, elle risque de devenir élastique (corsée). Dans ce cas, il faut la laisser reposer plus longtemps.
- S'assurer de l'homogénéité et de la fluidité de la pâte. Elle doit être légèrement onctueuse, lisse et sans grumeaux.

3) Passer la pâte à crêpes au chinois étamine

Cette opération permet d'homogénéiser la pâte en éliminant les éventuels grumeaux et les chalazes des œufs.

4) Ajouter le beurre noisette

(de préférence après avoir passé la pâte au chinois).

- Si les produits utilisés ont été réfrigérés (lait et œufs), le beurre se fige immédiatement et reste dans le fond du chinois.

5) Réserver la pâte

- Couvrir la calotte d'un film en plastique alimentaire et laisser la pâte reposer dans un endroit frais durant 20 à 30 min.

(1) L'unité de base de la réalisation de la pâte à crêpes est le litre de lait. Ces proportions permettent de réaliser une soixantaine de crêpes de 14 à 16 cm de diamètre.

SUITE

REMARQUE

Selon son utilisation, l'appareil à crêpes peut être parfumé avec un alcool ou une liqueur (rhum ambré, Calvados, Grand-Marnier, Cointreau, etc.), avec des zestes de citron ou d'orange...



RECOMMANDATIONS

- *Utiliser des denrées placées à la température ambiante de la cuisine. Dans un appareil trop froid, le beurre ne s'incorpore pas et fige à la surface.*
- *Eviter de donner de l'élasticité (corps) à la pâte, ajouter le lait, ou le lait et la bière, au fur et à mesure que la pâte épaissit.*
- *Ne pas en ajouter trop en une seule fois (risque de formation de grumeaux).*
- *Eviter d'ajouter trop de sucre dans l'appareil car le sucre caramélise durant la cuisson et les crêpes attachent à la poêle.*
- *Utiliser des poêles parfaitement propres (les «affranchir» ou les «affriter» avant l'utilisation).*
- *Beurrer ou huiler très légèrement les poêles entre la réalisation de chaque crêpe (sauf pour les poêles anti-adhésives).*
- *Chauffer les poêles sans excès.*

  Dans une poêle trop chaude, la pâte coagule immédiatement, bouillonne et glisse mal, l'épaisseur et la forme de la crêpe ne sont plus régulières, la coloration n'est pas uniforme et trop contrastée.

  Dans une poêle pas assez chaude, la pâte n'est pas saisie, elle glisse trop dans la poêle, dessèche et risque d'attacher.
- *Verser en une seule fois la quantité de pâte nécessaire à la réalisation de la crêpe. Pour cela, faire un essai, mesurer la quantité de pâte dans un pochon et faire un repère.*
- *Retourner les crêpes à l'aide d'une spatule métallique en s'aidant éventuellement de l'autre main (faire sauter les crêpes relève plus de l'acrobatie que de l'apprentissage professionnel !).*
- *Empiler les crêpes méthodiquement en les superposant toutes du même côté (face inférieure cuite en dernier sur le dessus). Cette disposition limite avantageusement les manipulations au moment de l'utilisation.*
- *Les recouvrir d'une assiette retournée ou d'une feuille de papier aluminium pour éviter qu'elles ne refroidissent ou qu'elles dessèchent.*
- *Les sucrer au moment de les utiliser. Le sucre ajouté à l'avance se transforme en sirop et ramollit les crêpes.*

LA PÂTE À CRÊPES



- Tamiser la farine et la disposer en fontaine dans une calotte.



- Ajouter le sel, éventuellement le sucre, et les œufs entiers.



- Mélanger le sel, éventuellement le sucre et les œufs, sans prendre de farine.

RÉALISER DES CRÊPES



- Incorporer progressivement la farine en versant le lait, ou le lait et la bière, au fur et à mesure que la pâte épaissit.



- S'assurer de l'homogénéité et la fluidité de la pâte, et la passer au chinois étamine.



- Ajouter le beurre noisette, mélanger.
- Couvrir la calotte et laisser reposer la pâte durant 20 à 30 minutes.



- Chauffer les poêles sans excès.
- Verser en une seule fois la quantité de pâte juste nécessaire à la réalisation de la crêpe.
- Tourner légèrement la poêle en la penchant afin de répartir uniformément la pâte.



- Retourner délicatement les crêpes à l'aide d'une spatule métallique (ne pas les faire sauter, sinon elles deviennent sèches et perdent leur finesse et leur moelleux).



- Empiler les crêpes méthodiquement en les superposant toutes dans le même sens, la face inférieure cuite en dernier située sur le dessus.
- Recouvrir les crêpes à l'aide d'une assiette retournée ou d'une feuille de papier aluminium.

LA PÂTE À SAVARINS «À LA MAIN»

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 kg de FARINE (1)				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- farine type 45 - sel fin - sucre semoule - levure biologique ou de boulanger - eau - œufs entiers - beurre	kg kg kg kg l pièce kg	1,000 0,020 0,100 0,050 à 0,060 0,40 10 0,400		
- beurre pour les moules	kg	0,050		
Pâte à babas proportions identiques + - raisins de Corinthe ou de Smyrne - rhum vieux ou ambré	 kg l	 0,500 0,20		
Durée moyenne de préparation : - durée réelle - durée dans le temps			 25 min 1 h à 1 h 30 selon le nombre de pousses	

(1) L'unité de base de la réalisation de la pâte à savarins est le kg de farine. Ces proportions permettent de réaliser 5 savarins de 8 couverts.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail et s'assurer de sa propreté

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Réaliser la pâte à savarins

- Tamiser la farine et la disposer en fontaine dans une grande calotte, ou dans un bassin semi-sphérique en acier inoxydable.
- Ajouter le sel et le sucre à l'extérieur de la fontaine (contre les parois de la calotte).
- Emietter et délayer la levure avec l'eau tiède.
- Ajouter le mélange au centre de la fontaine.
- Commencer à mélanger du bout des doigts ou à l'aide d'une spatule en exoglass, au centre de la fontaine (pour éviter le contact direct de la levure avec le sel et le sucre).
- Ajouter les œufs tempérés et mélanger progressivement en étirant la pâte afin de la corser.
- Battre énergiquement la pâte en la soulevant et en l'étirant pour lui donner le maximum d'élasticité.
- Arrêter de battre lorsque la pâte est très corsée et dès qu'elle se détache de la calotte et des doigts ou de la spatule.
- Ajouter le beurre fondu légèrement tiède et retravailler énergiquement la pâte afin de lui redonner du corps.
- Corner les bords de la calotte, la couvrir avec un film en plastique alimentaire ou un linge humide.
- Laisser éventuellement la pâte pointer dans un endroit tempéré à environ 25 °C et à l'abri des courants d'air.

  Cette phase est facultative, car la pâte à savarins peut être moulée directement après l'incorporation du beurre.

3) Nettoyer et beurrer les moules

- Les beurrer très légèrement avec un papier absorbant (un excès de beurre rend la surface des savarins rugueuse, et nuit à leur présentation).

4) Rompre la pâte dans le cas où elle a subi une première pousse

5) Mouler les savarins

- Remplir les moules au tiers de leur hauteur et couper la pâte à l'aide d'une corne souple (une poche munie d'une douille ronde unie peut être utilisée).

6) Laisser pousser les savarins

- Les placer dans une étuve ou dans un endroit tempéré de 25 à 35 °C. La pâte doit doubler de volume.

7) Marquer les savarins en cuisson

- Les enfourner à 180 ou 200 °C selon leur grosseur, ouras ouvert afin de bien les dessécher.

8) Contrôler la cuisson et démouler immédiatement les savarins sur grille

9) Essuyer soigneusement les moules.

REMARQUE

La réalisation de la pâte à babas est identique, mais au moment de mouler, ajouter des raisins de Corinthe ou de Smyrne bien lavés et macérés dans du rhum.

En règle générale, les babas sont consommés nature, sans crème ni garniture, et ils sont impérativement parfumés au rhum.

Les savarins reçoivent le plus souvent une garniture à base de crèmes (Chantilly, Diplomate, pâtissière...) ou de fruits (fraises, framboises, salade de fruits...). Selon la crème ou la garniture utilisée, ils peuvent être parfumés au rhum, au kirsch, au Calvados...



RECOMMANDATIONS

Les conseils de réalisation sont les mêmes que ceux cités dans le chapitre de la pâte à brioche.



- Tamiser la farine et la disposer en fontaine dans une grande calotte.
- Ajouter le sel et le sucre à l'extérieur de la fontaine, contre les parois de la calotte.



- Emietter et délayer la levure dans l'eau tiède.
- L'ajouter au centre de la fontaine.



- Commencer à mélanger du bout des doigts ou à l'aide d'une spatule en exoglass, au centre de la fontaine (pour éviter le contact direct de la levure avec le sel et le sucre).



- Ajouter progressivement les œufs et commencer à battre énergiquement la pâte en la soulevant et en l'étirant pour lui donner du corps.

SUITE



• Bien étirer la pâte en la soulevant afin d'allonger le gluten.
• La pâte doit acquérir le maximum de corps.



• Arrêter dès que la pâte se décolle de la calotte et des doigts ou de la spatule.



• Ajouter le beurre fondu légèrement tiède, puis retravailler énergiquement la pâte afin de lui redonner du corps.
Le beurre peut aussi être ajouté après la première pousse, dans ce cas, diviser le beurre ramolli en parcelles, les disposer sur la pâte. Couvrir et donner la première pousse. L'incorporer en rompant la pâte.



• Corner la pâte, la couvrir d'un film en plastique alimentaire, et lui donner facultativement une première pousse.



• Remplir les moules au tiers de leur hauteur à l'aide d'une corne souple et en coupant la pâte avec le doigt (une poche munie d'une douille ronde unie peut être utilisée).



• Laisser pousser les savarins dans une étuve ou dans un endroit tempéré, à l'abri des courants d'air, à environ 25 à 35 °C.
• La pâte doit doubler de volume.
• Marquer les savarins en cuisson sans les dorer.
• Contrôler la cuisson et les débarrasser sur grille.
• Essuyer les moules.

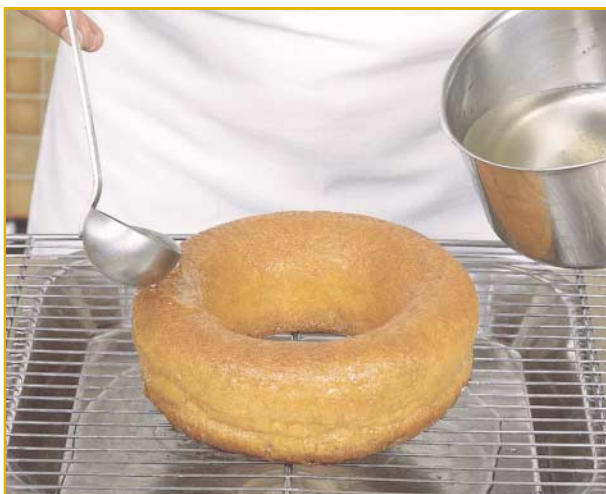
IMBIBER DES SAVARINS

- Réaliser un sirop à environ 1.1247°D ou 16° Baumé : avec 1 l d'eau et 500 à 600 g de sucre, (un sirop trop lourd pénètre mal les savarins ou les babas, un sirop trop léger les traverse rapidement, les savarins ou les babas coulent et sèchent rapidement).
- Utiliser le sirop chaud pour les savarins ou les babas froids ou rassis.
- Utiliser le sirop tiède pour les savarins ou les babas frais ou encore chauds.



1) Méthode pour petits savarins dite «par immersion».

- Immerger complètement les petits savarins dans le sirop, en les maintenant à l'aide d'une écumoire ou d'une araignée. Les arroser éventuellement avec un petit pochon.
- Les égoutter sur grille, les parfumer, puis les lustrer avec du nappage abricot.



2) Méthode pour gros savarins dite «par arrosage».

- Disposer les gros savarins sur la grille d'une candissoire.
- Les arroser progressivement avec le sirop à l'aide d'un petit pochon.
  (Plus longue, cette méthode s'applique seulement aux gros savarins, jugés trop fragiles pour être immergés).

LA PÂTE À BRIOCHES «À LA MAIN»

BON D'ÉCONOMAT



DENRÉES pour 1 kg de FARINE (1)				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- farine type 45	kg	1,000		
- sel fin	kg	0,020		
- sucre semoule (selon utilisation)	kg	0,050 à 0,100		
- levure biologique (de boulanger)	kg	0,040 à 0,050		
- lait	l	0,10		
- œufs entiers selon calibre	pièce	12 à 14		
- beurre	kg	0,500 à 0,600		
- farine type 55 pour fleurer	kg	0,100		
Dorure				
- œuf	pièce	1		
- lait (facultatif)	l	PM		
Durée moyenne de préparation - durée réelle - durée dans le temps			30 min 3 h 30 à 4 h	

(1) L'unité de base de la réalisation de la pâte à brioche est le kg de farine. Ces proportions permettent de réaliser 5 belles brioches de 8 couverts.

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail et s'assurer de sa propreté

- Peser, mesurer et vérifier les denrées.

2) Réaliser la pâte à brioches

- Tamiser la farine directement sur le marbre.
- Former une sorte de huit en divisant la farine en deux fontaines dont l'une doit être deux fois plus grande que l'autre.
- *Dans la plus petite des fontaines,* ajouter la levure émiettée et délayée dans un peu de lait tiède. Incorporer un peu de farine afin d'isoler ultérieurement la levure du sel et du sucre.
- *Dans la plus grande des fontaines,* ajouter le sel et le sucre, et les dissoudre avec un peu de lait tiède.
- Puis, toujours dans la grande fontaine, ajouter les œufs tempérés, et mélanger progressivement l'ensemble de ces éléments du bout des doigts.
- Réunir les deux fontaines, puis en partant du bord intérieur, amener la farine vers le liquide (œufs) ; hydrater petit à petit l'amidon et commencer à travailler la pâte en allongeant le gluten.
- Si nécessaire, y ajouter le reste du lait.
- Dans un premier temps, il faut impérativement obtenir un mélange corsé et élastique, puis continuer à travailler la pâte en cherchant à l'étirer au maximum.
- Si la pâte est trop molle, rajouter un peu de farine.
- Si elle est trop ferme, rajouter un peu de lait, homogénéiser et continuer à corser la pâte en la découpant à la main et en la «passant en tête» (voir photo).

  Cette opération a pour but d'allonger la pâte, de la lisser et de la corser sans l'échauffer.
- Arrêter l'opération dès que la pâte commence à se décoller du marbre et des mains.

3) Souffler la pâte

- Soulever la pâte du marbre et la laisser retomber en l'étirant et en l'écartant.
- Recommencer l'opération en tournant la pâte d'un quart de tour à chaque soufflage.

Cette phase a pour but d'oxygéner la pâte, de favoriser la multiplication des levures et d'allonger le gluten.

- Arrêter dès que la pâte ne colle plus au marbre, ni aux mains.

4) Incorporer le beurre

- Assouplir le beurre à l'aide d'un rouleau à pâtisserie.
- Mélanger un peu de pâte avec le beurre, puis incorporer progressivement ce mélange au reste de la pâte en travaillant rapidement (comme lors du découpage et passage en tête).
- Homogénéiser et lisser l'ensemble en procédant à un léger soufflage.

5) Mettre la pâte en boule

- Fariner légèrement le marbre et replier la pâte en boule.
- La débarrasser dans une grande calotte légèrement farinée.
- Couvrir d'un film en plastique alimentaire ou d'un linge humide.

6) Donner la première pousse à la pâte

- Placer la pâte dans un endroit tempéré (20 à 30 °C maximum), à l'abri des courants d'air.

DANS LE CAS D'UNE UTILISATION IMMÉDIATE

- Laisser pousser la pâte jusqu'à ce qu'elle double de volume.

7) Rompre la pâte

- La rompre en la rabattant et en la repliant plusieurs fois de suite sur elle-même.

Cette technique permet de chasser l'intégralité du gaz carbonique produit par la fermentation.

8) Redonner une deuxième pousse à la pâte (facultatif)

- Replacer la pâte dans la calotte farinée.
- Couvrir d'un film en plastique alimentaire ou d'un linge humide.
- Laisser la pâte pousser à nouveau durant une heure, puis la rompre comme précédemment (cette opération rapporte l'oxygène nécessaire à la démultiplication des levures).

9) Raffermir la pâte en enceinte réfrigérée

- Débarrasser la pâte sous faible épaisseur dans une plaque farinée.
- La recouvrir d'un film en plastique alimentaire et la réserver en enceinte réfrigérée durant 1 h à 1 h 30 min avant de l'utiliser.

DANS LE CAS D'UNE UTILISATION DIFFÉRÉE (LE LENDEMAIN)

7 bis) Rompre la pâte

- Rabattre (rompre la pâte) sitôt la première pousse.
- La débarrasser sous faible épaisseur dans une plaque farinée.
- Couvrir la pâte d'un film en plastique alimentaire et la réserver en enceinte réfrigérée jusqu'au lendemain.
- Contrôler la pousse au bout de quelques heures et rompre la pâte si nécessaire.

REMARQUE

Que la pâte soit utilisée le jour même de sa réalisation ou le lendemain, il est indispensable de chasser le reste du gaz carbonique qui s'est formé durant le raffermissement en enceinte réfrigérée.

Appuyer simplement sur la pâte avec les mains bien à plat légèrement farinées. Ne pas la retravailler, ni lui redonner de corps avant de la détailler ou de la mouler.



RECOMMANDATIONS

- *La conduite d'une fermentation panaire est une opération délicate qui demande beaucoup d'attention car elle dépend de l'activité d'un micro-organisme : la levure de boulanger (Saccharomyces cerevisiae).*

  C'est une levure microscopique qui se reproduit dans des conditions favorables de température, d'humidité, de nourriture et d'oxygène.

  En revanche, certains facteurs comme le contact direct avec du sel, du sucre, le froid au-dessous de + 3 °C, la chaleur au-dessus de + 45 °C, inhibent son développement ou la détruisent directement.
- *La fermentation est une fermentation alcoolique très complexe, qui fait apparaître diverses substances (alcool, gaz carbonique, arômes...) responsables de la qualité des préparations (odeur, couleur, saveur).*
- *Au cours de la fermentation, la formation de gaz carbonique dans la pâte fait apparaître la structure alvéolaire caractéristique des pâtes levées.*
- *Rendue élastique lors du pétrissage, la pâte s'oppose à la sortie des bulles de gaz carbonique qui tentent alors de s'échapper et la soulèvent. Les différentes phases de l'augmentation de volume des pâtes levées correspondent aux «pousses».*
- *L'action de rompre la pâte a pour but de chasser le gaz carbonique, de répartir uniformément les levures qui se sont multipliées, d'apporter l'oxygène nécessaire à leur développement ultérieur (voir «Technologie culinaire» - Editions BPI), et de leur «redonner de la force».*
- *Pour réaliser une pâte levée dans de bonnes conditions, il faut tenir compte de trois paramètres :*

SUITE

- la température du laboratoire (augmenter la quantité de levure dans un laboratoire très froid, la diminuer si la température dépasse 22 °C),

- le degré hygrométrique de l'air (diminuer la quantité de levure par temps orageux),

- la température des ingrédients (utiliser des denrées tempérées, sortir les œufs de la chambre froide une demi-heure à l'avance, tiédir le lait).

- *Il est important d'utiliser une farine riche en gluten (type 45) car ses propriétés élastiques sont bien meilleures.*
- *Lors du pétrissage, il faut donner le maximum de corps ou d'élasticité à la pâte afin de retenir le gaz carbonique. Celui-ci s'échappe plus facilement d'une pâte n'ayant pas été rendue élastique.*
- *La levure doit être jeune. La conserver dans une boîte hermétique placée en enceinte réfrigérée. Ne pas la laisser dessécher, sinon elle meurt.*
- *Il faut éviter de trop laisser pousser la pâte, car elle risque de retomber à la cuisson, de devenir acide (autres types de fermentation) ou de se dégrader (pourrissement).*
- *La pâte doit pousser dans un endroit tiède (+ 20 à + 30 °C), à l'abri des courants d'air. Couvrir la calotte d'un film en plastique alimentaire ou d'un linge humide (risque de dessèchement superficiel de la pâte, croûtage).*
- *Le beurre doit être incorporé rapidement et sans qu'il ne fonde à la température des mains.*
- *Donner au minimum deux pousses à la pâte avant de l'utiliser. La raffermir en enceinte réfrigérée, sous faible épaisseur pour accélérer son refroidissement.*
- *Lors de l'utilisation, ne pas la retravailler pour ne pas lui redonner de l'élasticité (les pièces seront ainsi plus faciles à former et à mouler).*



- Tamiser la farine directement sur le marbre et confectionner une fontaine double en forme de huit.
- Dans la plus petite des fontaines, ajouter la levure émiettée et délayée dans un peu de lait tiède.



- Incorporer progressivement un peu de farine pour isoler ultérieurement la levure du sel et du sucre.



- Dans l'autre fontaine, ajouter le sel et le sucre, les dissoudre avec un peu de lait tiède, puis ajouter les œufs tempérés.



- Réunir les deux fontaines, puis travailler progressivement la pâte en l'allongeant, afin de la corser et lui donner le maximum d'élasticité.



• Homogénéiser la pâte en la coupant avec les mains et en la «passant en tête».
Prendre la moitié de la pâte avec les deux mains ouvertes (disposées face à face), la couper entre les pouces et les index, l'étirer et la passer devant l'autre moitié. Procéder ainsi jusqu'à ce qu'elle commence à ne plus coller au marbre.



• Souffler la pâte :
La soulever et la laisser retomber sur le marbre et l'étirant et en l'écartant.
Cette phase a pour but d'oxygéner les levures et de favoriser leur multiplication.
• Arrêter dès que la pâte ne colle plus au marbre.



• Incorporer le beurre :
Assouplir le beurre à l'aide d'un rouleau à pâtisserie. Mélanger le beurre avec un peu de pâte, puis incorporer le mélange au reste de la pâte.



• Bouler la pâte :
La disposer dans une grande calotte farinée.



• Couvrir la calotte avec un film en plastique alimentaire ou un linge humide.
• Donner la première «pousse» :
Laisser la pâte doubler de volume dans un endroit tempéré (20 à 30 °C), à l'abri des courants d'air.



• Rompre la pâte :
La replier plusieurs fois de suite sur elle-même.
• La replacer dans la calotte farinée, recouvrir et lui donner une deuxième pousse.

SUITE



- Rompre à nouveau la pâte en la repliant plusieurs fois sur elle-même, puis la débarrasser sous faible épaisseur. La couvrir et la raffermir durant 1 heure à 1 heure 30 en enceinte réfrigérée.

FAÇONNER DES PETITES BRIOCHES INDIVIDUELLES



- Débarrasser la pâte sur un marbre légèrement fariné.
- Chasser le gaz carbonique résiduel en appuyant simplement sur la pâte avec les mains bien à plat.
- Ne pas retravailler la pâte.
- Diviser la pâte en bandes régulières, les détailler en fonction du poids des brioches désirées (35 à 45 g de pâte pour des brioches individuelles).



- Bouler les morceaux de pâte sur le marbre légèrement fariné.
- Les rouler en les tournant dans le creux des paumes des mains en appuyant très légèrement de façon à obtenir des boules uniformes et régulières.
- Les raffermir en enceinte réfrigérée durant une quinzaine de minutes.



- Délimiter la tête du corps des petites brioches.
- Allonger les boules de pâte en les roulant sur le marbre.
- Appuyer légèrement sur la pâte avec le chant de la main en effectuant un mouvement de va-et-vient.
- Respecter les proportions de un tiers de la pâte pour la tête et de deux tiers pour le corps.



- Disposer les brioches dans les moules beurrés en les prenant par la tête.
- Centrer et équilibrer les têtes en enfonçant simultanément les doigts farinés dans le corps de la brioche.



• Dorer une première fois les brioches, légèrement, avec de la dorure aux œufs entiers additionnée d'un peu de lait.
• Faire très attention à ce que la dorure ne coule pas entre la pâte et le moule (développement irrégulier, difficultés lors du démoulage).



• Mettre les brioches à pousser dans une étuve de 35 à 40 °C.
• Elles doivent ainsi doubler de volume et dépasser des moules.
• Dorer une seconde fois à l'œuf entier.
• Marquer immédiatement en cuisson à environ 240 °C durant 10 à 12 minutes.

FAÇONNER DES GROSSES BRIOCHES À TÊTE



• Diviser la pâte à brioche en morceaux réguliers correspondant à la taille de brioches souhaitées (environ 50 g de pâte par personne).
• Diviser les morceaux en deux parties : un tiers pour la tête, deux tiers pour le corps.



• Appuyer légèrement sur le corps des brioches avec la main farinée, de façon à les aplatir légèrement et à former des carrés.
• Rabattre les angles sur le dessus pour leur donner une forme de boule.
• Retourner les brioches (pliure située dessous) et les arrondir.

SUITE



• Déposer le corps des brioches dans les moules beurrés, la pliure située au-dessous.
• Creuser le centre du corps des brioches avec les doigts très légèrement farinés.



• Rouler les têtes comme pour la réalisation des petites brioches. Leur donner la forme d'un fuseau.



• Appliquer les têtes dans la cavité du corps des brioches. Bien les enfoncer et les centrer en appuyant tout autour avec les doigts.



• Dorer une première fois avec de la dorure détendue avec du lait. Observer les mêmes précautions que pour les petites brioches.



• Faire pousser les brioches en étuve de 35 à 40 °C, puis les dorer une seconde fois.



• Inciser le pourtour des brioches à l'aide d'une paire de ciseaux mouillée.
• Marquer en cuisson à 200/220 °C, durant 25 à 30 min.



• Réalisation d’une brioche tressée.

LES CRÈMES DE BASE

Les crèmes font partie des bases essentielles de la pâtisserie. La qualité des produits finis dépend pour une large part de leur finesse (voir également le livre «Technologie culinaire» - Editions BPI). Pour des raisons techniques et hygiéniques, leur fabrication, souvent très simple, nécessite néanmoins beaucoup d'attention.

Ainsi, tous les ingrédients doivent être pesés ou mesurés avec précision. Des règles d'hygiène bien définies doivent être appliquées scrupuleusement au niveau de l'exécutant, du matériel et de la fabrication.

En effet, les crèmes à base d'œufs sont des milieux favorables au développement des microbes, et plus particulièrement à la multiplication des bactéries dont certaines peuvent entraîner des toxi-infections alimentaires plus ou moins graves (c'est le cas des salmonelles, du staphylocoque doré, par exemple).



PRÉCAUTIONS

Pour éviter les risques d'accidents, il faut observer scrupuleusement les précautions suivantes :

- *Avoir une tenue vestimentaire et corporelle rigoureusement propre (mains bien lavées avant de toucher aux ingrédients, ne pas goûter avec les doigts).*
- *Garder le poste de travail ordonné, débarrassé de tout ce qui est inutile, soigneusement lavé et désinfecté après chaque journée de travail.*
- *Utiliser du matériel de préférence en acier inoxydable. La réglementation exige que soient désinfectés tout le petit matériel nécessaire aux préparations (fouets, poches, douilles, chinois), les couteaux de cutter ou de mixeur, etc. Cette désinfection peut être réalisée par ébullition prolongée, à la vapeur ou à l'aide d'un désinfectant autorisé pour le contact alimentaire (bien rincer le matériel après la désinfection), ou plus simplement utiliser un produit détergent désinfectant qui lave et désinfecte à la fois.*
- *Vérifier le bon état du matériel (moule mal étamé, rouillé, matériel de cuisson en cuivre dont l'étamage est à refaire…).*
- *Nettoyer les bassins à blancs et les poêlons à sucre en cuivre non étamé avec un mélange de sel et de vinaigre, puis les rincer soigneusement. Les crèmes ne doivent en aucun cas séjourner ou refroidir dans du matériel en cuivre : les débarrasser immédiatement après la cuisson.*
- *Laver et désinfecter régulièrement tout le matériel de nettoyage (éponges, lavettes, tampons à récurer) et bien les laisser sécher.*
- *N'utiliser que des produits très frais, ayant une qualité bactériologique garantie (produits agréés par les services vétérinaires, produits pasteurisés ou stérilisés).*
- *Maintenir tous les ingrédients périssables en enceinte réfrigérée jusqu'au moment de leur utilisation.*
- *Laver soigneusement toutes les baies et tous les fruits (y compris les fraises des bois et les framboises, même si l'on perd un peu de parfum…).*
- *Refroidir immédiatement et rapidement toutes les crèmes, puis les recouvrir d'un film en plastique alimentaire et les réserver sous faible épaisseur en enceinte réfrigérée.*
- *Ne préparer que les quantités strictement nécessaires à la journée de travail (au maximum pour 24 heures), exception faite pour les laboratoires qui utilisent une cellule de refroidissement rapide autorisant une conservation de trois jours, et pour les laboratoires agréés ayant reçu une marque de salubrité qui peuvent appliquer un délai supérieur après étude de vieillissement.*
- *Ne jamais mélanger des crèmes dont le délai de fabrication est différent (remonter une crème au beurre sur celle de la veille, par exemple !).*
- *Réserver en enceinte réfrigérée (à + 3 °C maximum) toutes les pâtisseries comportant une crème et tout particulièrement une crème à base d'œufs, et cela jusqu'au moment de leur remise au client.*

  Manipuler ces crèmes avec beaucoup de précautions : soit avec des gants à usage unique, soit avec des pinces à pâtisserie.
- *Eviter de laisser les pâtisseries à base de crème en exposition à la température ambiante de la salle de restaurant et pendant toute la durée du service : utiliser des chariots d'exposition réfrigérés.*
- *Interdire formellement les habitudes dangereuses qui consistent à refroidir les crèmes directement sur la table de travail, à goûter ou à corner avec les doigts, à souffler dans les poches à décor et à sucer les douilles ou les pointes de cornets lorsqu'ils sont obstrués…*

Les remarques sur les règles d'hygiène concernant l'utilisation des œufs en cuisine (page 187) et la réalisation des sauces émulsionnées sont également valables pour les crèmes.

CLASSIFICATION DES PRINCIPALES CRÈMES UTILISÉES EN PÂTISSERIE DE RESTAURATION

- **la crème Chantilly**
- **les crèmes fouettées parfumées**
- **la crème anglaise**
- **la crème pâtissière et ses dérivées :**
  - **crème mousseline**
  - **crème Diplomate**
  - **crème Chiboust ou crème à Saint-Honoré**
  - **crèmes légères diverses**
- **la crème au beurre**
- **la crème d'amandes**
- **la crème ganache.**

LA CRÈME CHANTILLY

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 l de CRÈME (1)	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
- crème fleurette ou crème liquide	l	1		
- sucre semoule	kg	0,150		
ou				
- sucre glace	kg	0,150		
- vanille liquide	l	PM		
ou				
- crème double (épaisse)	l	1		
- lait	l	0,10 à 0,20		
- sucre semoule	kg	0,150		
ou				
- sucre glace	kg	0,150		
- vanille liquide	l	PM		
Durée moyenne de réalisation			10 min	

(1) L'unité de base de la réalisation de la crème Chantilly est le litre de crème.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.
- Utiliser de la crème très froide (maintenue en enceinte réfrigérée depuis plusieurs heures).
- Réfrigérer la calotte en la plaçant durant quelques minutes dans un congélateur, ou monter la crème Chantilly sur de la glace pilée.

2) Verser la crème fleurette ou la crème liquide réfrigérée dans une grande calotte ou dans un bassin semi-sphérique en acier inoxydable

- Placer la calotte dans une autre plus grande et contenant de la glace pilée.

3) Ajouter l'extrait de vanille liquide

4) Ajouter le sucre semoule

- Si l'on utilise du sucre semoule il doit être ajouté avant le montage afin qu'il puisse se dissoudre.
- Si l'on utilise du sucre glace, il doit être ajouté après le foisonnement, juste avant le serrage.
- Si l'on utilise une crème épaisse, dissoudre le sucre semoule dans le lait, puis ajouter la crème.

5) Monter la crème Chantilly

- Battre régulièrement la crème à l'aide d'un fouet souple et bien pommé.
- Pencher légèrement la calotte afin de soulever et d'aérer l'intégralité de la crème à chaque coup de fouet.
- La crème peut être montée à l'aide d'un batteur-mélangeur ou d'un aéro-batteur à Chantilly.
- Fouetter doucement au début pour éviter les risques de projection, puis accélérer au fur et à mesure que la crème épaissit.
- Arrêter de battre la crème dès qu'elle atteint une consistance suffisante pour tenir dans les branches du fouet.
- Elle doit avoir doublé de volume au minimum, sa couleur est encore brillante et sa texture lisse.
- Si la crème n'a pas été sucrée avec du sucre semoule, ajouter le sucre glace tamisé.

6) Serrer et terminer la crème

- Incorporer le sucre glace tamisé sans fouetter, tourner énergiquement la crème avec le fouet.
- Au-delà de cette consistance, la crème devient mate, jaunâtre et grumeleuse, elle se transforme en beurre, surtout lorsqu'elle a été réalisée avec de la crème double.

7) Corner les bords de la calotte

8) Utiliser immédiatement, ou réserver en enceinte réfrigérée.



RECOMMANDATIONS

- *Utiliser du matériel propre, de préférence en acier inoxydable.*
- *Utiliser de la crème fleurette très froide, sinon la monter sur un lit de glace.*
- *Sucrer la crème en fin de réalisation avec du sucre glace. Le sucre semoule, en revanche, doit être ajouté avant le montage car il retarde le foisonnement.*
- *Utiliser de préférence de l'extrait de vanille liquide. La vanille en gousse est meilleure certes, mais elle laisse des points noirs dans la crème qui semble alors anormale pour les consommateurs non avertis.*
- *Monter la crème Chantilly au moment le plus proche possible de son utilisation, puis la réserver à couvert (parfaitement cornée) en enceinte réfrigérée.*

  Si elle relâche légèrement, la resserrer en lui donnant quelques coups de fouet rapides en tournant.

UTILISATIONS

Les utilisations de la crème Chantilly sont nombreuses : elle est utilisée pour garnir ou décorer des desserts ou des entremets.

Elle entre également dans la composition de nombreux appareils (voir crèmes fouettées), Saint-Honoré, vacherins, coupes glacées, choux Chantilly…

LA CRÈME CHANTILLY RÉALISÉE «À LA MAIN»



- Verser la crème fleurette ou la crème liquide dans une grande calotte.
- Ajouter l'extrait de vanille.
- Placer la calotte dans une autre plus grande et contenant de la glace pilée.



- Au début, fouetter doucement en penchant légèrement la calotte afin que chaque coup de fouet soit le plus efficace possible.
- Accélérer au fur et à mesure que la crème épaissit.



- Arrêter de fouetter lorsque la crème a atteint la consistance souhaitée : elle doit tenir dans les branches du fouet et être parfaitement lisse.



- Ajouter le sucre glace et serrer la crème par un mouvement de fouet rapide et rotatif.
- Corner, couvrir d'un film en plastique alimentaire.
- Réserver en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum.

LES CRÈMES FOUETTÉES PARFUMÉES

Les crèmes fouettées parfumées n'ont pas droit à l'appellation «crèmes Chantilly». Elles sont composées de crème fleurette ou de crème liquide fouettée dans les mêmes conditions que la crème Chantilly et sont additionnées avant ou après fouettage d'éléments divers qui déterminent leur appellation.

Elles peuvent aussi être allégées et sucrées par addition de 500 g de meringue italienne pour un litre de crème fleurette ajoutée après montage, et stabilisées (collées) grâce à quelques feuilles de gélatine.

Exemples :

- crèmes fouettées parfumées avant montage : crèmes parfumées à la vanille, avec un alcool, une liqueur...
- crèmes fouettées parfumées après montage : crèmes parfumées au café, au chocolat, au praliné...

UTILISATIONS

Les crèmes fouettées entrent dans la composition de nombreux appareils :

- *crème Diplomate, crèmes légères diverses,*
- *appareils à bombes, à soufflés glacés, à bavarois aux œufs, aux fruits, à riz à l'impératrice,*
- *mousses diverses aux fruits, au café, au chocolat, etc.*

SUITE

LA CRÈME ANGLAISE

BON D'ÉCONOMAT



DENRÉES pour 1 l de LAIT (1)				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- lait - œufs (jaunes) - sucre semoule (2) - vanille	l pièce kg gousse	1 8 à 10 0,200 à 0,250 1 (ou plusieurs)		
Parfums facultatifs selon utilisation - café extrait liquide ou - cacao ou - couverture ou - liqueur ou - alcool	 l kg kg l l	 0,025 0,050 0,100 0,05 0,05 à 0,10		
Durée moyenne de préparation			20 à 25 min	

(1) L'unité de base de la réalisation de la crème anglaise est le litre de lait.

(2) Certains professionnels réduisent cette quantité pour obtenir des desserts moins sucrés.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Mettre le lait à bouillir dans une russe ou dans une grande sauteuse

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



3) Ajouter la gousse de vanille fendue en deux dans le sens de la longueur (ou plusieurs gousses)

4) Clarifier les œufs

5) Blanchir les jaunes avec le sucre dans une calotte en acier inoxydable

- Utiliser un fouet à sauce et mélanger («blanchir») durant une à deux minutes.
- Ne pas laisser le sucre en contact avec les jaunes sans avoir mélangé le tout. Le sucre «brûle» les jaunes en formant des petits cristaux insolubles.

6) Verser progressivement une partie du lait bouillant sur les jaunes blanchis

- Remuer à l'aide du fouet afin d'éviter une éventuelle coagulation des jaunes.

7) Remettre le mélange dans la sauteuse

8) Laver et rincer la calotte

- Elle resservira pour débarrasser la crème.

9) Cuire la crème «à la nappe»

- Remettre la sauteuse sur un feu très doux sans cesser de vanner à l'aide d'une spatule.
- Porter le mélange très doucement à la température voisine de 85 à 90 °C. Dès que la fine pellicule mousseuse (qui s'est formée lors de l'incorporation du lait) disparaît, contrôler l'à-point de la cuisson de la crème, la température se situe alors vers 90 °C.

10) Contrôler l'à-point de la cuisson de la crème

- Soulever un peu de crème avec la spatule, l'incliner légèrement et tirer un trait à l'horizontale avec le doigt. Le passage du doigt doit rester nettement visible.

11) Débarrasser immédiatement la crème du feu

- La passer au travers d'un chinois étamine.

12) Refroidir rapidement la crème

- Placer la calotte dans une autre contenant de la glace pilée.

13) La vanner régulièrement durant son refroidissement

- Cette opération évite la formation d'une peau et régularise le refroidissement.

14) Utiliser la crème immédiatement

- Sinon la réserver en enceinte réfrigérée à couvert durant 24 h maximum.



RECOMMANDATIONS

- *L'onctuosité de la crème anglaise dépend du nombre de jaunes d'œufs utilisés. Pour obtenir une crème très onctueuse et nappante, augmenter la quantité de jaunes.*
- *0,250 kg de sucre pour un litre de lait correspond à une moyenne, il est possible d'en ajouter moins ou de le remplacer partiellement par un édulcorant de synthèse.*
- *Verser progressivement le sucre sur les jaunes d'œufs et blanchir le mélange immédiatement à l'aide d'une spatule ou d'un petit fouet. Le contact direct du sucre sur les jaunes provoque la formation de petits grains insolubles.*
- *Verser progressivement le lait bouillant sur le mélange jaunes/sucre, ceci afin de ne pas le coaguler brusquement.*
- *Chauffer la crème anglaise très lentement en la vannant sans discontinuer à l'aide d'une spatule. L'épaississement sera plus important.*
- *En aucun cas, l'appareil ne doit bouillir (risque de floculation et de séparation des protéines coagulées du liquide).*
- *Reprendre ou remonter une crème anglaise floculée (tournée) en la fouettant vigoureusement pour disloquer les flocons et en la passant au chinois étamine dans un récipient très froid.*
- *Refroidir rapidement la crème en plaçant la calotte dans une autre contenant de la glace pilée.*
- *Vanner durant le refroidissement pour éviter la coagulation de la crème en surface, la formation d'une peau, et pour homogénéiser le refroidissement.*
- *La montée en température de la crème anglaise à environ 85/90 °C ne correspond pas à une cuisson, la crème n'est pas stérilisée, elle doit être refroidie rapidement, réservée en enceinte frigorifique à + 3 °C maximum et utilisée dans les 24 heures qui suivent sa réalisation.*
- *Aromatiser le lait avec la vanille, le café, le cacao, le caramel, le thé, avant la réalisation de la crème.*
- *Ajouter les alcools, les liqueurs et les éléments acides (zestes, jus de citron) après la réalisation, lorsque la crème est refroidie.*



- Mettre le lait à bouillir avec la (ou les) gousse de vanille fendue dans le sens de la longueur.
- Clarifier les œufs.
- Blanchir les jaunes avec le sucre à l'aide d'un petit fouet.



- Verser progressivement une partie du lait sur les jaunes, en remuant pour éviter de les coaguler brusquement.



- Remettre le mélange dans la sauteuse et cuire très doucement la crème anglaise en vannant régulièrement et sans discontinuer à l'aide d'une spatule.
- En aucun cas, la crème ne doit atteindre la température de l'ébullition (risque de floculation, on dit alors que la crème est tournée).

SUITE



• Contrôler la consistance de la crème. Lorsque la fine pellicule de mousse blanchâtre disparaît, soulever un peu de crème avec la spatule, l'incliner et tirer un trait à l'horizontale avec le doigt sur la spatule. Les deux bords de la crème doivent se séparer très nettement.



• Passer la crème anglaise au travers d'un chinois étamine dans une calotte parfaitement propre.



• Placer la calotte dans une autre contenant de la glace pilée.
• Refroidir rapidement la crème en la vannant régulièrement.
• Couvrir la calotte et réserver la crème anglaise 24 heures maximum en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum.

UTILISATIONS

La crème anglaise est principalement utilisée comme sauce d'accompagnement de certains desserts et entremets :

- *œufs à la neige, île flottante, pudding Diplomate, riz au caramel, semoule, etc.*

  Elle entre également dans la composition de nombreux appareils :

- *à bavarois aux œufs, à riz à l'impératrice, à charlotte café, arlequine, Montreuil, russe… et dans la composition artisanale des glaces aux œufs (vanille, café, chocolat, pistache, caramel, thé, rhum, plombières, etc.).*

LA CRÈME PÂTISSIÈRE

DENRÉES pour 1 l de LAIT (1)				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- lait - œufs (jaunes) - sucre semoule (2) - farine type 55 - vanille - beurre pour tamponner	l pièce kg kg gousse kg	1 8 0,200 à 0,250 0,120 à 0,150 1 0,020		
ou - lait - œufs - sucre semoule (2) - farine type 55 - poudre à flan - vanille - beurre pour tamponner	 l pièce kg kg kg gousse kg	 1 6 0,200 à 0,250 0,040 0,080 1 0,020		
parfums facultatifs selon utilisation - café extrait liquide - cacao - couverture - liqueur - alcool	 l kg kg l l	 0,025 0,050 0,100 0,05 0,07 à 0,10		
Durée moyenne de préparation			20 min	
Durée moyenne de cuisson			2 à 3 min au minimum	

(1) L'unité de base de la crème pâtissière est le litre de lait. Ces proportions permettent de garnir 25 choux ou 25 éclairs environ.

(2) Certains professionnels réduisent cette quantité pour obtenir des desserts moins sucrés.

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées
- Tamiser la farine, ou le mélange farine et poudre à flan.

2) Mettre le lait à bouillir dans une grande sauteuse

- Ajouter la (ou les) gousse de vanille fendue dans le sens de la longueur.

3) Clarifier les œufs

4) Blanchir les jaunes avec le sucre dans une calotte en acier inoxydable

- Utiliser un fouet à sauce et mélanger vigoureusement durant une ou deux minutes.
- Eviter de laisser le sucre en contact avec les jaunes sans mélanger. Le sucre «brûle» les jaunes en formant des petits cristaux insolubles.

5) Ajouter la farine tamisée ou le mélange de farine de poudre à flan

- Mélanger sans excès afin de ne pas corser l'appareil, il doit être lisse et sans grumeaux.

SUITE

6) Verser progressivement une partie du lait bouillant

• Le verser en remuant avec le fouet afin de délayer petit à petit le mélange et éviter de coaguler brusquement les jaunes.

7) Verser le mélange ainsi obtenu dans la sauteuse et l'incorporer progressivement au reste du lait

8) Cuire la crème pâtissière

• Remettre la sauteuse sur le feu et porter le mélange à l'ébullition sans arrêter de remuer avec le fouet.
• Remuer un peu plus vivement lorsque le mélange épaissit.
• **Laisser bouillir la crème durant deux à trois minutes au minimum.**

9) Débarrasser la crème pâtissière

• Verser d'un seul coup la crème dans une calotte parfaitement propre, elle doit se décoller d'elle-même.
• Dans le cas d'une quantité de crème supérieure à un litre, débarrasser la crème sous faible épaisseur dans une plaque en acier inoxydable pour accélérer son refroidissement.
• Corner si nécessaire.

10) Tamponner ou beurrer la crème en surface

• Cette opération évite le dessèchement superficiel de la crème.

11) Refroidir rapidement la crème

• La recouvrir d'un film en plastique alimentaire et la réserver 24 heures maximum en enceinte réfrigérée.



PRÉCAUTIONS

• *Les conseils cités dans le paragraphe de la crème anglaise s'appliquent également à la crème pâtissière.*
• *Eviter le contact direct du sucre avec les jaunes sans mélanger.*
• *Verser le lait bouillant sur l'appareil, par petites quantités, mais suffisamment pour bien délayer la farine (risque de formation de grumeaux).*
• ***Bien faire bouillir la crème pâtissière, au minimum durant 2 à 3 minutes pour une petite quantité, davantage pour une quantité plus importante.***
• ***Refroidir rapidement la crème en la débarrassant sous faible épaisseur dans une plaque en acier inoxydable.***
• *Tamponner la crème avec du beurre fondu clarifié. L'utilisation de sucre glace ou de sirop n'est pas conseillée car ils favorisent la fermentation.*
• *Reverser la crème pâtissière en enceinte réfrigérée à + 3 °C durant 24 heures maximum (3 jours si on refroidit avec une cellule de refroidissement).*

UTILISATIONS

• *La crème pâtissière est principalement utilisée pour garnir de nombreux entremets et pâtisseries : choux à la crème, éclairs, religieuses, mille-feuilles, Pont-Neuf, polka, fonds de tartes aux fruits,…*
• *Additionnée de blancs d'œufs en neige, elle peut servir de base à la réalisation de nombreux soufflés sucrés (vanille, chocolat, liqueur, etc.).*
• *Additionnée de beurre, de meringue, de crème fouettée, elle est une crème de base qui donne naissance à de nombreuses crèmes dérivées.*

LA CRÈME PÂTISSIÈRE



• Tamiser la farine, ou le mélange farine et poudre à flan.
• Mettre le lait à bouillir avec la gousse de vanille fendue en deux dans le sens de la longueur.



• Clarifier les œufs.
• Blanchir vigoureusement les jaunes avec le sucre.



• Ajouter la farine tamisée ou le mélange farine/poudre à flan (ne pas corser le mélange).



• Verser progressivement une partie du lait bouillant sur le mélange.
• L'incorporer à l'aide d'un fouet.



• Verser l'appareil ainsi obtenu sur le lait restant et mélanger l'ensemble dans la sauteuse.



• Cuire la crème pâtissière. Porter le mélange à l'ébullition sans arrêter de remuer à l'aide d'un fouet.
Laisser bouillir la crème durant 2 à 3 minutes au minimum (davantage pour de grandes quantités).



• Débarrasser la crème sous faible épaisseur dans une plaque en acier inoxydable parfaitement propre.



• Tamponner ou beurrer la crème en surface.
• La refroidir rapidement.
• La couvrir et la réserver en enceinte réfrigérée à + 3 °C durant 24 heures au maximum.

CRÈMES DÉRIVÉES DE LA CRÈME PÂTISSIÈRE

LA CRÈME MOUSSELINE

La crème mousseline est une crème pâtissière dont la consistance a été modifiée d'une part grâce à l'incorporation de beurre et d'autre part sous l'action d'un fouettage intense obtenu par l'utilisation d'un batteur-mélangeur.

DENRÉES pour 1 l de CRÈME PÂTISSIÈRE (1)	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Crème pâtissière				
- lait	**l**	**1**		
- œufs entiers	**pièce**	**6**		
- sucre semoule (2)	**kg**	**0,400**		
- poudre à flan	**kg**	**0,150**		
- beurre incorporé à chaud	**kg**	**0,250**		
- beurre incorporé à froid	**kg**	**0,250**		
- vanille	**gousse**	**1**		
Parfums selon utilisation				
- praliné	**kg**	**0,250**		
- cacao	**kg**	**0,050**		
- alcool	**l**	**0,10**		
- liqueur	**l**	**0,08**		
Durée moyenne de préparation			**30 à 35 min**	

(1) L'unité de base de la crème mousseline est le litre de lait de crème pâtissière.

(2) La quantité de sucre peut être réduite.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer et contrôler les denrées.
- Assouplir le beurre.

2) Réaliser la crème pâtissière à la poudre à flan
- La cuire à feu très doux, sa richesse en sucre peut la faire attacher au fond de la sauteuse.

3) Incorporer la première partie du beurre
- Le découper en parcelles et l'incorporer dans la crème bouillante à l'aide d'un fouet.

4) Débarrasser et refroidir la crème
- La maintenir à la température ambiante du laboratoire (+ 18 à + 20 °C maximum).

5) Incorporer la deuxième partie du beurre
- Le placer dans la cuve du batteur-mélangeur, le crémer en première vitesse, puis incorporer progressivement la crème pâtissière refroidie.
- Accélérer la vitesse et laisser foisonner durant 4 à 5 minutes.
- La crème doit être lisse et homogène, son volume doit avoir doublé.

6) Parfumer la crème, puis la débarrasser
- La raffermir si nécessaire et l'utiliser immédiatement.



RECOMMANDATIONS

- *Les conseils cités dans le paragraphe de la crème pâtissière s'appliquent également à la crème mousseline.*
- *Utiliser de préférence de la poudre à flan, le foisonnement et la tenue de la crème seront supérieurs à ceux obtenus avec la farine.*
- *S'il y a lieu, ajouter l'alcool ou la liqueur en dernier, après le foisonnement, car le battage favorise l'évaporation de l'alcool et du parfum.*
- *Dans le cas de l'utilisation de praliné, l'assouplir sur le marbre avec le beurre incorporé à froid, opérer comme pour le fraisage de la pâte brisée à l'aide d'un coupe-pâte ou d'une corne.*

UTILISATIONS

La crème mousseline est principalement utilisée pour garnir et masquer des entremets à base de génoise et de pâte à choux (fraisiers, framboisiers, pommiers, mille-feuilles, Paris-Brest…).

Elle remplace avantageusement la crème au beurre jugée trop grasse par certains consommateurs.

LA CRÈME CHIBOUST OU LA CRÈME À SAINT-HONORÉ

La crème à Saint-Honoré peut être obtenue de deux manières :

- soit en mélangeant des blancs d'œufs battus en neige et serrés avec un peu de sucre à de la crème pâtissière bouillante et collée à la gélatine,
- soit en versant la crème pâtissière bouillante et collée à la gélatine sur les blancs d'œufs battus en neige et légèrement meringués.

Certains professionnels réalisent la crème à Saint-Honoré en versant la crème pâtissière bouillante et non collée sur de la meringue italienne encore chaude. Cette technique apporte une plus grande garantie sanitaire (à cause du sucre cuit à 120 °C), mais elle est nettement moins appréciée.

DENRÉES pour 1 l de CRÈME PÂTISSIÈRE (1)	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Crème pâtissière				
- lait	**l**	**1**		
- œufs (jaunes)	**pièce**	**12**		
- sucre semoule (2)	**kg**	**0,300**		
- farine	**kg**	**0,100**		
ou				
- farine	**kg**	**0,050**		
et				
- maïzena	**kg**	**0,050**		
- vanille	**gousse**	**2**		
- gélatine	**feuille**	**8 à 10**		
Meringue française				
- œufs (blancs)	**pièce**	**16**		
- sel fin	**kg**	**PM**		
- sucre semoule	**kg**	**0,200**		
Durée moyenne de préparation			**35 à 40 min**	

(1) Ces proportions permettent de réaliser 4 Saint-Honoré de 8 couverts.
(2) La quantité de sucre peut être réduite.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer et contrôler les denrées.
- Tremper la gélatine.

2) Réaliser la crème pâtissière et bien la parfumer

3) Eponger et ajouter la gélatine

4) Débarrasser la crème pâtissière dans une grande calotte
- La couvrir et la maintenir au chaud dans un bain-marie à une température supérieure à + 63 °C.

5) Monter les blancs d'œufs en neige
- Les meringuer en fin de montage avec le sucre, et bien les serrer.

6) Incorporer la meringue à la crème pâtissière collée
- Incorporer d'abord le quart de la meringue pour détendre la crème pâtissière, puis le reste très délicatement en soulevant l'appareil.
- Lisser le mélange en lui donnant très délicatement quelques coups de fouet,

ou réaliser le mélange au batteur-mélangeur :
- Monter les blancs d'œufs en neige à l'aide du batteur-mélangeur.
- Les meringuer en fin de montage.
- Verser dessus la crème pâtissière collée et parfumée.
- Arrêter immédiatement la machine et finir d'homogénéiser l'appareil à l'aide d'une petite écumoire.

7) Laisser tiédir la crème et l'utiliser (la mettre en place) avant son complet refroidissement

8) Refroidir rapidement les Saint-Honoré
- Les maintenir en enceinte réfrigérée à + 3 °C durant quelques heures au maximum.



RECOMMANDATIONS

(voir également à crème pâtissière).

- *Réaliser la crème à Saint-Honoré au dernier moment, juste avant son utilisation. Ne pas la conserver au-delà de la durée du service.*
- *Bien maintenir les Saint-Honoré en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum.*
- *Réaliser la crème en se faisant aider, faire monter les blancs en neige durant la cuisson de la crème. Cette méthode évite de maintenir la crème au bain-marie.*
- *La crème à Saint-Honoré peut être parfumée au café ou au chocolat, par exemple. Dans ce cas, augmenter les quantités de café et de chocolat par rapport à une crème pâtissière normale (100 g de cacao, 0,05 l d'extrait de café soluble).*

UTILISATIONS

Comme son nom l'indique, la crème à Saint-Honoré est utilisée pour garnir et décorer les Saint-Honoré, et pour garnir éventuellement des choux, des religieuses, des cygnes, etc.



LA CRÈME DIPLOMATE

Elle est obtenue en incorporant de la crème fouettée à de la crème pâtissière collée à la gélatine et parfumée.

DENRÉES pour 1 l de CRÈME PÂTISSIÈRE	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Crème pâtissière				
- lait	l	1		
- œufs (jaunes)	pièce	8		
- sucre semoule	kg	0,250		
- poudre à flan	kg	0,100		
ou				
- maïzena	kg	0,100		
- vanille	gousse	2		
- gélatine	feuille	10		
Crème fouettée				
- crème fleurette	l	1 à 1,5		
- sucre glace	kg	0,100		
Parfums selon utilisation		PM		
Durée moyenne de réalisation			35 à 40 min	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer et contrôler les denrées.
- Rafraîchir la crème fleurette.
- Tremper la gélatine dans de l'eau froide.

2) Réaliser la crème pâtissière
- Procéder selon les explications données page 547.

3) Eponger la gélatine
- L'ajouter dans la crème pâtissière bouillante. Bien la mélanger à l'aide d'un fouet.

4) Débarrasser la crème collée dans une grande calotte en acier inoxydable
- La vanner régulièrement pour uniformiser son refroidissement et éviter la formation d'une croûte en surface.

5) Monter la crème Chantilly
- Voir explications page 541.

6) Incorporer la crème fouettée
- Incorporer délicatement la crème pâtissière (collée et parfumée) presque froide à la crème fouettée.
- Lisser en donnant quelques coups de fouet.

8) Utiliser la crème immédiatement
- Maintenir les pièces garnies en enceinte réfrigérée + 3 °C durant 24 heures au maximum.

LA CRÈME À PARIS-BREST

En règle générale, la crème à Paris-Brest est une crème mousseline pralinée parfumée au rhum.

DENRÉES pour 1 l de CRÈME PÂTISSIÈRE (1)	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Crème pâtissière réalisée à la poudre à flan	kg	1,000		
- beurre	kg	0,500		
- praliné	kg	0,250		
- rhum	l	0,10		
Durée moyenne de réalisation			30 à 40 min	

(1) Ces proportions permettent de garnir 4 grands Paris-Brest de 8 couverts.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer, contrôler les denrées.

2) Tempérer la crème pâtissière
- Elle doit être à la température ambiante de la cuisine.

3) Assouplir le beurre
- Lui donner la consistance de la crème pâtissière en le fraisant avec le praliné.

4) Réunir la crème pâtissière et le beurre praliné dans la cuve du batteur-mélangeur
- Mélanger d'abord en première vitesse, puis accélérer progressivement pour obtenir le maximum de foisonnement.

5) Parfumer et mettre en place
- Utiliser la crème immédiatement.

REMARQUE

La crème pâtissière permet de préparer d'autres crèmes dérivées. Sa consistance, par exemple, peut être allégée par l'addition conjuguée de crème fouettée et de meringue italienne, à condition de la stabiliser avec de la gélatine.

LA CRÈME AU BEURRE (MÉTHODE AU «SUCRE CUIT»)

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 kg de BEURRE (1)	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- beurre	**kg**	**1,000**		
- œufs entiers	**pièce**	**4**		
- œufs (jaunes)	**pièce**	**12 à 16**		
- sucre semoule (2)	**kg**	**0,800**		
- eau	**l**	**0,25**		
ou				
- beurre	**kg**	**1**		
- œufs (jaunes)	**pièce**	**16 à 20**		
- sucre semoule	**kg**	**0,800**		
- eau	**l**	**0,25**		
Parfums selon utilisation				
- vanille extrait liquide	**l**	**PM**		
- café extrait liquide	**l**	**PM**		
- cacao	**kg**	**0,080**		
ou				
- couverture	**kg**	**0,100**		
- praliné	**kg**	**0,200**		
- rhum	**l**	**0,05**		
- Calvados	**l**	**0,05**		
- kirsch	**l**	**0,05**		
- Cointreau	**l**	**0,04**		
- Grand-Marnier	**l**	**0,04**		
Durée moyenne de réalisation			**30 à 35 min**	

(1) L'unité de base de réalisation de la crème au beurre est le kg de beurre. Ces proportions permettent de garnir et de masquer 5 entremets de 8 couverts.

(2) La quantité de sucre peut être réduite.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.
- Répartir le beurre découpé en petites parcelles dans une calotte, et le ramollir dans un endroit tempéré.
- Nettoyer le poêlon à sucre avec du sel et du vinaigre, bien le rincer.

2) Travailler le beurre à l'aide d'un fouet

- Lui donner la consistance d'une pommade lisse et homogène.

3) Cuire le sucre à la température désirée

- Observer les précautions citées en page 582.
- Réunir dans le poêlon le sucre et le tiers de son poids en eau.
- Cuire le sucre au petit boulé (proche du boulé : 115 à 118 °C) dans la formule utilisant un mélange d'œufs entiers et de jaunes.
- Cuire le sucre au grand filet (110 à 114 °C) dans la formule utilisant des jaunes seuls.

4) Incorporer le sucre cuit sur les œufs entiers et les jaunes ou sur les jaunes seuls, selon la méthode retenue

- Le verser doucement afin de ne pas coaguler brusquement les jaunes.
- Eviter de verser le sucre cuit sur les branches du fouet, le sucre risque d'être projeté contre les parois de la calotte et de se transformer en petits cristaux insolubles.

  (L'appareil peut être aussitôt passé au travers d'un chinois afin de récupérer les éventuelles traces d'œufs coagulés ou les cristaux de sucre).

5) Monter l'appareil

- Battre le mélange vigoureusement et sans discontinuer jusqu'à son complet refroidissement.
- Pencher légèrement la calotte et soulever la masse de l'appareil à chaque coup de fouet, l'appareil doit tripler de volume, être très mousseux, onctueux et faire le ruban.

  (Cette phase peut être avantageusement réalisée grâce à l'utilisation du batteur-mélangeur).

SUITE

6) Incorporer le beurre

- S'assurer que l'appareil est bien refroidi (risque de fusion du beurre).
- Incorporer progressivement le beurre en pommade par petites parcelles, ou verser progressivement l'appareil en filet sur le beurre en pommade.
- Tourner la crème à l'aide du fouet comme pour la réalisation de la sauce mayonnaise.
- La crème doit être lisse, légère, mousseuse et bien émulsionnée.

7) Parfumer la crème

- La parfumer selon son utilisation, soit avec de la vanille, du café, du praliné, du cacao, soit avec un alcool ou une liqueur.

8) Corner soigneusement la calotte

- Utiliser (mettre en place) la crème immédiatement.

REMARQUE

- *La méthode de réalisation de la crème au beurre au sucre cuit présente l'avantage d'incorporer aux œufs un sucre cuit à 115/118 °C, ce qui diminue momentanément l'activité microbienne. La crème est plus stable et d'une meilleure conservation.*
- *La crème au beurre est une crème émulsionnée particulièrement riche et onctueuse, sa finesse et sa qualité dépendent directement de la méthode de réalisation, mais aussi de la qualité des produits utilisés et tout particulièrement de la qualité du beurre.*
- *L'appellation crème au beurre est uniquement réservée à une préparation fabriquée exclusivement à partir de beurre.*



RECOMMANDATIONS

- *Donner au beurre la consistance d'une pommade homogène, lisse et crémeuse. Cette opération est souvent rendue délicate par l'influence de la température du laboratoire. Le beurre ne doit pas être fondu car l'émulsion naturelle du beurre serait détruite.*
- *Observer attentivement la cuisson du sucre : un sucre insuffisamment cuit (petit filet, par exemple) rend l'appareil trop liquide, pas assez onctueux, la crème s'émulsionne très mal et ne tient pas ; un sucre trop cuit (gros boulé, par exemple) procure une crème visqueuse, lourde, compacte, difficile à utiliser.*
- *Incorporer doucement le sucre cuit sur les jaunes pour ne pas les coaguler brusquement et pour qu'ils puissent se développer au maximum durant le fouettage.*
- *Dans le cas d'utilisation de jaunes et d'œufs entiers mélangés, incorporer le sucre plus rapidement.*
- *N'incorporer le beurre que lorsque l'appareil est complètement refroidi (le beurre risquerait de fondre).*

Malgré toutes ces précautions, il arrive parfois que l'émulsion se dissocie. Comme dans le cas des sauces émulsionnées et semi-coagulées, il est alors possible de remonter une crème au beurre «tournée» ou plutôt dissociée.

«Remonter» une crème au beurre dissociée

RAISONS DE L'ÉCHEC	POSSIBILITÉ DE RATTRAPAGE
• *Mauvais respect des proportions, trop d'appareil par rapport à la quantité de beurre*	• *Rajouter la quantité de beurre en pommade*
• *Beurre pas assez travaillé en pommade*	• *Travailler énergiquement la crème au fouet*
• *Beurre trop froid*	• *Réchauffer légèrement la crème et la travailler vigoureusement au fouet*
• *Appareil trop chaud*	• *Placer momentanément la crème en enceinte réfrigérée, puis fouetter énergiquement*
• *Sirop trop ou pas assez cuit*	• *Rééquilibrer la consistance avec une autre crème au beurre*
• *Température du laboratoire trop chaude ou trop fraîche*	• *Déterminer un endroit tempéré le mieux adapté à la réalisation de la crème, à proximité du matériel de cuisson ou d'une enceinte réfrigérée, par exemple*



• Travailler le beurre à l'aide d'un fouet pour lui donner la consistance d'une pommade lisse et homogène.



• Verser progressivement le sucre cuit sur les œufs, en fouettant énergiquement afin d'éviter la coagulation brutale des jaunes et des œufs entiers (l'appareil peut être éventuellement passé au chinois).



• Cuire le sucre au grand filet dans le cas de l'utilisation de jaunes seuls, ou au petit boulé dans le cas de l'utilisation d'œufs entiers et de jaunes.



• Monter l'appareil.
• Fouetter vigoureusement en penchant légèrement la calotte de façon que chaque coup de fouet ait un maximum d'efficacité.
• Fouetter jusqu'au complet refroidissement de l'appareil.

SUITE



- Incorporer progressivement l'appareil dans le beurre en pommade et émulsionner la crème comme lors de la réalisation de la sauce mayonnaise,
  ou :
  incorporer progressivement le beurre en pommade par petites quantités dans l'appareil (technique utilisée lors de la réalisation de la crème au batteur-mélangeur).



- Parfumer la crème :
  selon son utilisation, ajouter de l'extrait de vanille ou de café liquide, du praliné (il est indispensable de l'assouplir en le fraisant avec le beurre), de l'alcool ou une liqueur.
  Il est possible de colorer la crème au beurre : attention, utiliser les colorants avec beaucoup de parcimonie et maintenir les teintes très pastel.
- Corner les bords de la calotte et utiliser (mettre en place) la crème immédiatement.

REMARQUE

Parmi les nombreuses méthodes de réalisation de la crème au beurre, voici quelques autres techniques pouvant être réalisées :

- *crème au beurre réalisée à partir d'une crème anglaise*
- *crème au beurre réalisée à partir d'un appareil à génoise*
- *crème au beurre réalisée à partir d'un appareil à bombe*
- *crème au beurre réalisée à partir d'une meringue à l'italienne.*

UTILISATIONS

La crème au beurre est principalement utilisée pour garnir, masquer et décorer un grand nombre de pâtisseries, entremets et petits fours frais : moka, mascotte, Coulommiers, Paris-Brest, fraisiers, succès, bûche de Noël, biscuits roulés, chocolatine, religieuses, etc.

LA CRÈME D'AMANDES

BON D'ÉCONOMAT



DENRÉES pour 1 kg d'AMANDES EN POUDRE (I)	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- beurre	kg	1,000		
- sucre semoule	kg	1,000		
- œufs entiers	kg ou pièce	1,000 ou 20		
- amandes en poudre	kg	1,000		
- vanille extrait liquide	l	PM		
(facultatif) - farine ou fécule ou maïzena	kg	0,100		
Parfum - rhum vieux ou ambré	l	0,10		
Durée moyenne de réalisation			15 min	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.
- Sortir le beurre de la chambre froide à l'avance afin qu'il soit plus facile à crémer.

2) Crémer le beurre avec le sucre

- Mettre le beurre (tempéré) en parcelles dans une grande calotte et le crémer vigoureusement avec le sucre à l'aide d'un fouet à sauce (avec le batteur-mélangeur, crémer le beurre et le sucre à l'aide de la feuille).

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



3) Ajouter les œufs entiers

- Les ajouter progressivement, fouetter en tournant vigoureusement durant leur incorporation, l'appareil doit s'émulsionner, être lisse, homogène et «mousseux».

4) Incorporer la poudre d'amandes

- Ajouter la poudre d'amandes en une seule fois et mélanger l'ensemble à l'aide d'une spatule en exoglass.
- S'il y a utilisation de farine, la tamiser et l'incorporer en dernier sans fouetter, ou la tamiser avec la poudre d'amandes et l'incorporer ensemble.

5) Parfumer la crème

- Ajouter l'extrait de vanille liquide et le rhum.

6) Corner les bords de la calotte

- Utiliser la crème immédiatement ou la recouvrir d'un film en plastique alimentaire et la réserver en enceinte réfrigérée à + 3 °C, 24 heures au maximum.

REMARQUE

La crème d'amandes est un mélange réalisé à froid et à parties égales de beurre, de sucre, d'œufs et de poudre d'amandes. Le sucre et la poudre d'amandes peuvent être remplacés par du tant pour tant.

La crème d'amandes est toujours cuite en association avec une pâte (pâte sucrée : tartelettes amandines, pâte feuilletée : Pithiviers).

LA CRÈME «FRANGIPANE»

Certains professionnels appellent actuellement «crème frangipane» une crème d'amandes additionnée de crème pâtissière, dans les proportions suivantes : deux tiers de crème d'amandes pour un tiers de crème pâtissière.

Cette crème se réalise au fur et à mesure des besoins. Elle sert principalement à garnir les Pithiviers et les galettes des rois feuilletées.

SUITE



• Ramollir le beurre, le fouetter énergiquement pour lui donner la consistance d'une pommade.



• Ajouter le sucre et crémer l'ensemble de façon à obtenir un mélange lisse et homogène.



• Ajouter les œufs un par un en fouettant vigoureusement afin d'émulsionner le mélange et le rendre «mousseux».



• Incorporer la poudre d'amandes ou le mélange poudre d'amandes tamisée avec la farine, la fécule ou la maïzena.
• Dans ce cas, réaliser de préférence le mélange à l'aide d'une spatule en exoglass.



• Parfumer la crème, l'utiliser immédiatement…



• …ou la couvrir d'un film en plastique alimentaire et la réserver en enceinte réfrigérée à + 3 °C durant 24 heures au maximum.

COULIS DE FRUITS ROUGES

DENRÉES pour 1 l de COULIS	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- framboises - sucre glace (1) - citron (selon l'acidité des fruits)	kg kg kg	1,000 0,400 0,150		
ou - fraises - sucre glace (1) - citron (selon l'acidité des fruits)	kg kg kg	1,000 0,400 0,150		
ou - framboises - fraises - groseilles - sucre glace (1) - citron (selon l'acidité des fruits)	kg kg kg kg kg	0,300 0,500 0,200 0,400 0,150		
ou - framboises - mûres - fraises des bois - groseilles - myrtilles - cassis - sucre glace - citron (selon l'acidité des fruits)	kg kg kg kg kg kg kg kg	0,200 0,100 0,200 0,100 0,200 0,200 0,400 0,150		
Durée moyenne de réalisation			20 à 25 min	

(1) Certains professionnels réduisent considérablement la quantité de sucre (100 g par exemple).

REMARQUE

La tendance actuelle est à la diminution de la quantité de sucre. Certains professionnels réduisent cette quantité de moitié.

Cependant, en ce qui concerne les coulis, la réduction de la quantité de sucre nécessite l'utilisation de fruits d'excellente qualité, parfaitement mûrs et très parfumés ; d'autre part, les coulis de fruits peu sucrés doivent être utilisés immédiatement après leur réalisation (risques d'oxydation et de fermentation).

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer, contrôler les denrées.

2) Laver très délicatement les fruits
- Les éponger soigneusement sur du papier absorbant.

3) Les équeuter ou les égrapper selon leur nature

4) Mixer les fruits ou les passer au tamis à l'aide d'un pilon

5) Ajouter le sucre glace et le jus de citron
- Les quantités de sucre et de jus de citron peuvent varier selon les fruits utilisés, leur degré de maturité et d'acidité.

6) Passer le coulis au chinois étamine

7) Réserver le coulis sur glace et à couvert en enceinte réfrigérée
- Ne pas conserver le coulis au-delà de 24 heures : le sucre glace favorise la fermentation du coulis.

SUITE



PRÉCAUTIONS

- *Choisir des fruits mûrs, très parfumés et très sains (ne pas utiliser de fruits dont le degré de maturité est dépassé).*
- *Réaliser le coulis de **fruits crus** dans le délai le plus rapproché du service. Le réserver à couvert en enceinte réfrigérée et le maintenir sur glace durant le service.*
- *Ne pas conserver le coulis au-delà de 24 heures (le sucre glace favorise la fermentation).*



- Laver très délicatement les fruits, les retirer soigneusement de l'eau avec les mains.



- Les éponger sur du papier absorbant.
- Les équeuter ou les égrapper selon leur nature.



- Mixer les fruits.
- Ajouter le sucre glace et le jus de citron.



- Passer le coulis au chinois étamine et le réserver à couvert en enceinte réfrigérée ; le maintenir sur glace pendant la durée du service.

REMARQUE

Les fruits rouges surgelés en état de semi-décongélation peuvent aussi être utilisés.

Certains professionnels pasteurisent leur coulis de fruits rouges. La durée de conservation est allongée, mais une grande partie de la saveur et de la couleur disparaît.

AUTRES COULIS (ABRICOTS, FRUITS DE LA PASSION, GROSEILLES)

DENRÉES pour 1 l de COULIS	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.	TECHNIQUE
COULIS D'ABRICOTS - abricots au sirop - gelée d'abricots ou - confiture d'abricots ou - nappage abricots - kirsch - liqueur d'abricots	 kg kg kg kg l l	 0,600 0,400 0,400 0,400 0,05 0,05			• Mixer les abricots au sirop avec la gelée d'abricots, ou la confiture, ou le nappage. • Détendre le mélange avec le sirop des abricots et le kirsch ou la liqueur. • Passer le coulis au chinois étamine. • Réserver le coulis à couvert en enceinte réfrigérée.
COULIS DE FRUITS DE LA PASSION - fruits de la passion - gelée d'abricots ou - confiture d'abricots - jus d'oranges	 kg kg kg l	 1,000 0,400 0,400 0,20			• Evider les fruits de la passion (maracujas), puis réserver la moitié de la pulpe avec les graines pour la finition du coulis. • Détendre la gelée d'abricots ou la confiture avec le jus d'orange. • Ajouter la moitié de la pulpe des fruits de la passion. • Passer le coulis au chinois étamine. • Ajouter la deuxième moitié de la pulpe des fruits de la passion avec les graines.
COULIS DE GROSEILLES - gelée de groseilles d'excellente qualité - sirop à 1.1247°D ou 16° Baumé - kirsch	 kg l l	 0,700 0,25 0,05			• Détendre la gelée de groseilles en la chauffant légèrement avec un peu de sirop à 1.1247° densimétriques. • Ajouter le kirsch. • Passer au chinois. • Vérifier l'onctuosité, réserver en enceinte réfrigérée.

LES APPAREILS À CRÈMES PRISES OU

(APPAREIL À CRÈME CARAMEL, POTS DE CRÈME, À TARTE ALSACIENNE)

L'APPAREIL À CRÈME CARAMEL

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 l de LAIT (1)				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- lait - œufs entiers - sucre semoule - vanille	l pièce kg gousse	1 6 0,200 1		
ou - lait - œufs entiers - œufs (jaunes) - sucre semoule - vanille	 l pièce pièce kg gousse	 1 4 4 0,150 à 0,200 1		
Caramel - sucre semoule ou en morceaux - eau	 kg l	 0,150 0,05		
Durée moyenne de réalisation			15 à 20 min	

(1) L'unité de base de la crème caramel est le litre de lait. Ces proportions permettent de réaliser 8 à 10 portions.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
• Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Mettre le lait à bouillir dans une russe ou dans une sauteuse
• Ajouter la gousse de vanille fendue en deux dans le sens de la longueur et laisser infuser quelques minutes.

3) Blanchir les œufs entiers avec le sucre dans une calotte en acier inoxydable
• Eviter de laisser le sucre en contact avec les jaunes d'œufs sans avoir mélangé au préalable.

4) Verser progressivement le lait bouillant sur le mélange en remuant avec le fouet
• Ne pas fouetter, sinon il y a formation de mousse.

5) Passer immédiatement l'appareil au chinois étamine

6) Ecumer soigneusement à l'aide d'une écumoire
• S'il subsiste encore un peu de mousse, passer une feuille de papier absorbant à la surface de l'appareil.

7) Utiliser immédiatement l'appareil à crème caramel (voir crème caramel et dérivés, livre «Fiches Techniques de Fabrication»).

REMARQUE

Le lait peut être mis à bouillir avec le sucre. Dans ce cas, le laisser légèrement refroidir avant de le verser sur les œufs (risque de coagulation brusque des œufs).

APPAREILS À «FLANS SUCRÉS»



RECOMMANDATIONS

- *Verser le lait bouillant lentement, et petit à petit sur les œufs, en mélangeant sans fouetter.*
- *Eviter la formation d'une mousse et écumer soigneusement.*
- *Passer l'appareil au chinois pour éliminer la mousse, les particules d'œufs éventuellement coagulées, et les chalazes des œufs.*
- *Cuire les crèmes immédiatement après leur réalisation et sans attendre le refroidissement de l'appareil.*
- *Verser l'eau bouillante dans le bain-marie, la cuisson des crèmes débutera immédiatement. En revanche, elle ne doit en aucun cas bouillir durant la cuisson (au démoulage, les crèmes risquent de présenter une surface alvéolée dite en «nids d'abeilles»).*
- *Placer une feuille de papier au fond de la plaque à bain-marie, elle permet d'éviter un trop fort bouillonnement (accidentel) durant la cuisson.*

UTILISATIONS

- *Crème renversée au caramel.*
- *Crème viennoise.*
- *Crème Opéra.*
- *Crème beau rivage.*
- *Appareil à pain perdu.*
- *Appareil à puddings divers (Diplomate, de Cabinet...).*



- Mettre le lait à bouillir avec la vanille.
- Blanchir les œufs entiers avec le sucre.



- Verser progressivement le lait bouillant sur les œufs blanchis avec le sucre.
- Remuer afin d'éviter la brusque coagulation des œufs.



- Passer l'appareil au chinois étamine.



- Ecumer soigneusement.

L'APPAREIL À POTS DE CRÈME

DENRÉES pour 1 l de LAIT (1)	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- lait - œufs (jaunes) - sucre semoule - vanille	l pièce kg gousse	1 10 à 12 0,200 1		
Parfums - café extrait liquide - cacao ou - couverture - praliné	 l kg kg kg	 PM 0,050 0,100 0,125		
Durée moyenne de réalisation			15 à 20 min	

(1) Unité de base de l'appareil à petits pots de crème est le litre de lait. Ces proportions permettent de réaliser 8 à 10 petits pots.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer, contrôler les denrées.

2) Mettre le lait à bouillir dans une russe ou dans une sauteuse
- Ajouter la gousse de vanille fendue en deux dans le sens de la longueur et la laisser infuser.

3) Clarifier les œufs

4) Blanchir les jaunes avec le sucre
- Ne pas garder les jaunes en contact avec le sucre sans avoir été mélangés au préalable

5) Laisser refroidir le lait durant quelques minutes
- Puis, le verser progressivement sur le mélange.
- Remuer à l'aide d'un fouet, sans fouetter, pour éviter de coaguler les jaunes et de former une mousse difficile à écumer.

6) Passer l'appareil au chinois étamine

7) Ecumer soigneusement
- S'il subsiste encore un peu de mousse, passer à la surface de l'appareil une feuille de papier absorbant.

8) Remplir les petits pots et les pocher immédiatement au bain-marie.

REMARQUE : *La surface de l'appareil doit être parfaitement écumée car les petits pots de crème ne se démoulent pas.*

L'APPAREIL À TARTE ALSACIENNE

DENRÉES pour 1 l d'APPAREIL (1)	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- lait - crème - œufs entiers - œufs (jaunes) - sucre semoule - vanille extrait liquide	l l pièce pièce kg l	0,50 0,50 4 4 0,150 à 0,200 PM		
Durée moyenne de réalisation			10 min	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer, contrôler les denrées.

2) Confectionner l'appareil
- Réunir dans une petite calotte les œufs entiers et les jaunes, les blanchir avec le sucre.
- Ajouter le lait froid et la crème, mélanger sans fouetter.
- Parfumer.
- Passer au chinois étamine.

(1) Ces proportions permettent de garnir 4 tartes de 8 couverts.

L'APPAREIL À CRÈME BRULÉE

DENRÉES pour 1 l d'APPAREIL (1)	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- lait entier - crème liquide - œufs (jaunes) - sucre semoule	l l pièce kg	0,50 0,50 10/12 0,150 à 0,200		
Parfum de base - vanille - cannelle, gingembre extrait de citron, pain d'épices	 g	 1 PM		
Finition - sucre roux	 kg	 0,100		
Durée moyenne de réalisation			10 min	

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer, contrôler les denrées.

2) Mettre le lait et la crème à bouillir dans une russe
- Ajouter la gousse de vanille fendue en deux dans le sens de la longueur.
- Laisser refroidir à + 70 °C / + 75 °C.

3) Clarifier puis blanchir les jaunes d'œufs avec le sucre

4) Verser progressivement le mélange lait / crème légèrement refroidi sur les jaunes blanchis avec le sucre

5) Passer l'appareil au chinois étamine puis l'écumer soigneusement

6) Parfumer l'appareil s'il n'est pas à la vanille (cannelle, gingembre, citron, pain d'épices…)

(1) Ces proportions permettent de garnir 12 petits pots à crème brûlée de 13 cm de diamètre.

L'APPAREIL À BAVAROIS AUX ŒUFS

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 l de LAIT (1)	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Crème anglaise collée				
- lait	**l**	**1**		
- œufs (jaunes)	**pièce**	**8 à 10**		
- sucre semoule	**kg**	**0,250 à 0,300**		
- vanille	**gousse**	**1**		
- gélatine en feuilles	**feuille**	**10 à 12**		
Crème fouettée				
- crème fleurette ou crème liquide	**l**	**0,80**		
- sucre glace (facultatif)	**kg**	**0,050**		
Parfums				
- café (extrait liquide)	**l**	**0,025**		
- cacao	**kg**	**0,050**		
ou				
- couverture	**kg**	**0,100**		
- praliné	**kg**	**0,125**		
- caramel	**l**	**PM**		
- alcools	**l**	**0,05 à 0,10**		
- liqueurs	**l**	**0,05**		
Durée moyenne de réalisation			**35 à 40 min**	

(1) Ces proportions permettant de réaliser des bavarois pour 16 à 20 couverts.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer et contrôler les denrées.
- Faire tremper la gélatine dans de l'eau froide.

2) Réaliser la crème anglaise (voir page 544)

3) Egoutter soigneusement la gélatine
- L'incorporer à la crème anglaise, puis passer la crème au chinois étamine.

4) Parfumer la crème
- Avant refroidissement avec café, cacao, caramel, etc.
- Après refroidissement avec un alcool ou une liqueur.

5) Refroidir rapidement la crème anglaise
- La vanner régulièrement durant le refroidissement.

6) Monter la crème fouettée
- La monter dès que la crème anglaise collée est presque froide (selon la quantité de sucre incorporé dans la crème anglaise, il est possible de serrer légèrement la crème fouettée avec un peu de sucre glace).

7) Incorporer la crème fouettée à la crème anglaise collée
- L'incorporer lorsque la crème anglaise collée est froide et commence à prendre très légèrement.
- Mélanger très délicatement afin de ne pas faire retomber la crème.

8) Mouler ou utiliser l'appareil à bavarois avant qu'il ne soit complètement gélifié

9) Réserver les bavarois terminés en enceinte réfrigérée à + 3 °C durant 24 heures au maximum.

SUITE



RECOMMANDATIONS

- *Voir «la crème anglaise», page 544.*
- *Voir également «la crème Chantilly», page 542.*
- *Bien vanner la crème anglaise durant son refroidissement ; lui donner éventuellement un léger coup de fouet pour l'homogénéiser.*
- *Ne pas trop monter la crème. Elle doit être incorporée épaisse, mais encore lisse. Une crème trop ferme s'incorpore difficilement, retombe, et donne à la préparation un goût de beurre.*
- *Parfumer la crème anglaise généreusement, car l'addition de crème fouettée atténue les parfums et les couleurs.*
- *Dans le cas d'une préparation allégée, on peut remplacer partiellement le sucre par un édulcorant de synthèse en poudre.*

UTILISATIONS

- *Nature 2, 3, 4 parfums (bavarois rubanné, religieuse,…).*
- *En garniture des charlottes russes et des charlottes royales diverses.*
- *Additionné de meringue italienne, pour remplacer certaines crèmes dans la réalisation d'entremets.*



- Mettre la gélatine à tremper dans de l'eau froide.



- L'égoutter soigneusement et l'incorporer dans la crème anglaise.
- Passer la crème anglaise au chinois étamine.

- Durant son refroidissement, vanner régulièrement la crème anglaise.



- Monter la crème fouettée. Ne pas trop la serrer, elle doit rester lisse et homogène.



- Incorporer délicatement la crème fouettée lorsque la crème anglaise collée commence à prendre.
- Si nécessaire, l'homogénéiser en donnant un léger coup de fouet.



- Mouler immédiatement l'appareil à bavarois. Ne pas attendre qu'il soit complètement gélifié, il n'épouserait pas parfaitement la forme du moule.
- Réserver les bavarois en enceinte réfrigérée à + 3 °C durant 24 heures au maximum.

L'APPAREIL À BAVAROIS AUX FRUITS

BON D'ÉCONOMAT



DENRÉES pour 1 l de PULPE DE FRUIT (1)				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- pulpe de fraises	**l**	**1**		
ou				
- pulpe de framboises	**l**	**1**		
ou				
- pulpe de poires au sirop	**l**	**1**		
- citron (1 pièce)	**kg**	**0,150**		
Sirop				
- sucre semoule	**kg**	**0,200 à 0,300**		
- eau	**l**	**0,10**		
- gélatine en feuilles	**feuille**	**12 à 16**		
Crème fouettée				
- crème fleurette	**l**	**0,80**		
- salpicon de fruits de même nature	**kg**	**0,400**		
Durée moyenne de réalisation			**35 à 40 mi**	

(1) Ces proportions permettent de réaliser 2 bavarois aux fruits de 8 couverts.

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer et contrôler les denrées.
- Faire tremper la gélatine à l'eau froide.

2) Réaliser le sirop (voir page 578)
- Réunir le sucre et l'eau dans une petite russe.
- Porter à ébullition. Le degré de concentration doit être de 1.2624°D ou 30°Baumé.

3) Egoutter la gélatine et l'incorporer au sirop
- Le passer au chinois étamine.

4) Refroidir le sirop en le vannant régulièrement

5) Préparer les fruits
- Laver, équeuter les fraises, les éponger soigneusement.
- Laver et égoutter délicatement les framboises.
- Egoutter les poires au sirop.

6) Mixer les fruits
- Les passer au chinois ordinaire ou étamine dans une grande calotte.
- Ajouter le jus de citron (selon le degré d'acidité des fruits).
- Réserver la purée de fruits sur glace ou en enceinte réfrigérée.

7) Monter la crème fouettée
- Ne pas trop la serrer, elle doit être onctueuse, lisse et homogène.

8) Terminer l'appareil à bavarois aux fruits
- Mélanger la pulpe de fruit et le sirop gélatiné.
- Dès que le mélange épaissit, incorporer délicatement la crème fouettée.
- Si nécessaire, homogénéiser en donnant un léger coup de fouet, très délicatement afin de ne pas faire retomber la crème.

REMARQUE

- *L'appareil à bavarois aux fruits peut être transformé en «mousse aux fruits» par addition de meringue à l'italienne.*
- *Il est possible et même souhaitable d'incorporer des fruits dans l'appareil à bavarois (fruits entiers pour les framboises, les fraises des bois et les petites fraises, ou fruits découpés en salpicon pour les poires, les pommes, les pêches,...). Cette méthode permet de renforcer le bavarois en saveurs et en parfums des fruits utilisés et de lui donner une consistance différente.*

SUITE



RECOMMANDATIONS

- *Voir «la cuisson du sucre et la réalisation d'un sirop», pages 579 et suivantes.*
- *Voir également «la crème fouettée», page 542.*
- *L'appareil à bavarois réalisé à partir de fruits crus est extrêmement fin et parfumé, mais il est très sensible à la chaleur et fermente très rapidement.*
- *Dès la fin de sa réalisation, le bavarois aux fruits doit être entreposé en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum, et il doit être utilisé dans les 24 heures.*

UTILISATIONS

- *Bavarois aux fruits (fraises, framboises, poires, pêches,…).*
- *Charlotte aux fruits.*
- *Entremets divers montés en cercles.*
- *Miroirs, terrines aux fruits, Diplomate aux fruits.*
- *Mousses aux fruits.*

L'APPAREIL À BAVAROIS AUX FRAISES



- Confectionner un sirop à 1.2624°D ou 30° Baumé.
- Incorporer la gélatine trempée au préalable. Passer le sirop au chinois et le vanner régulièrement durant le refroidissement.



- Laver soigneusement les fraises, les changer délicatement de calotte avec les mains.



- Les équeuter (ôter le pédoncule) et les égoutter soigneusement.



- Mixer les fraises et ajouter le jus de citron, puis passer la pulpe au chinois ordinaire ou étamine.



- Monter la crème fouettée sans trop la serrer.
- Mélanger le sirop froid à la pulpe de fraise. Lorsque le mélange commence à épaissir, incorporer délicatement la crème fouettée.



- Mouler immédiatement l'appareil à bavarois aux fruits.
- Ne pas attendre qu'il soit complètement gélifié.
- Réserver immédiatement le bavarois aux fruits en enceinte réfrigérée à 3 °C durant 24 heures au maximum.

LA SAUCE CHOCOLAT

Selon l'onctuosité, la brillance et la finesse recherchée, les proportions de la sauce chocolat sont souvent différentes.

Dans tous les cas, il est indispensable d'utiliser un chocolat d'excellente qualité, du beurre doux très fin et de la crème non acide stérilisée U.H.T.

DENRÉES pour 1 kg de CHOCOLAT	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
- **Chocolat fondant en plaque ou en granulés (pistoles)**	**kg**	**1,000**		
- **crème fleurette**	**l**	**1**		
- **beurre**	**kg**	**0,150**		
- **eau ou**	**l**	**PM**		
sirop à 1.260°D (1)				
ou				
- **chocolat**	**kg**	**1,000**		
- **lait**	**l**	**1**		
- **beurre**	**kg**	**0,150**		
- **eau ou**	**l**	**PM**		
sirop à 1.260°D (1)				
ou				
- **chocolat**	**kg**	**1,000**		
- **lait**	**l**	**0,50**		
- **crème fleurette**	**l**	**0,50**		
- **beurre**	**kg**	**0,150**		
- **eau ou**	**l**	**PM**		
sirop à 1.260°D (1)				
ou				
- **chocolat**	**kg**	**0,600**		
- **cacao en pâte**	**kg**	**0,400**		
- **lait**	**l**	**0,50**		
- **crème**	**l**	**0,50**		
- **café soluble**	**kg**	**PM**		
- **beurre**	**kg**	**0,150**		
- **sirop à 1.260°D** (1)	**l**	**PM**		
Durée moyenne de réalisation			**env. 15 min**	

(1) L'onctuosité de la sauce chocolat peut être modifiée par l'apport d'eau tiède, de lait ou de sirop à 1.260°D (1 l d'eau, 1 kg de sucre). Il est possible d'ajouter selon son utilisation, du café soluble, du miel, de la menthe, de la liqueur, des noix concassées, des noisettes ou des amandes légèrement grillées.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

• Peser, mesurer, contrôler les denrées.

2) Assouplir le beurre

• Lui donner la consistance d'une pommade.

3) Réaliser le sirop à 1.260°D (si utilisation)

• Le laisser bouillir durant une minute, puis le laisser tiédir.

4) Râper le chocolat (s'il est utilisé en plaque)

5) Réaliser la sauce chocolat

• Porter la crème ou le lait, ou le mélange crème/lait à ébullition.
• Ajouter le chocolat râpé ou le chocolat en granulés.
• Lisser la sauce chocolat à la spatule, en la maintenant sur le feu très doux ou au bain-marie.
• Ajouter le beurre en pommade et bien le mélanger.
• Passer la sauce chocolat au chinois étamine, corner soigneusement, et couvrir le bain-marie.
• Réserver la sauce chocolat au bain-marie ou dans une étuve à + 50 °C, durant le service.

REMARQUE

Le chocolat peut être ramolli au bain-marie, à l'étuve ou en enceinte à micro-ondes, avant son utilisation.

Saint-Honoré, sauce chocolat



MONTER DES BLANCS D'ŒUFS

Monter des blancs d'œufs en neige est une chose très simple à réaliser. Cependant, si l'on veut obtenir des blancs bien développés, fermes, lisses et non grainés, certaines précautions sont indispensables à respecter.

Le terme «grainé» désigne des blancs montés sans soin, ou trop montés, qui se désagrègent et se décomposent en fin de montage.



RECOMMANDATIONS

- *Utiliser un très grand bassin ayant un volume 15 fois supérieur à la quantité de blancs à monter. Les blancs normalement montés augmentent de 10 à 12 fois leur volume !*
- *Utiliser du matériel parfaitement propre et soigneusement dégraissé.*
- *Choisir un fouet à blancs très souple et bien pommé.*
- *Utiliser des blancs d'œufs parfaitement clarifiés, sans la moindre petite particule de jaune (le gras contenu dans les jaunes diminue leur développement).*
- *Choisir des blancs clarifiés depuis quelques jours, et rigoureusement entreposés en enceinte réfrigérée : ils sont plus souples et grainent moins facilement, ou des blancs d'œufs pasteurisés (ovoproduits).*
- *Détendre les blancs* ***très*** *frais en les acidifiant avec quelques gouttes de jus de citron.*
- *Les «liquéfier» en les salant très légèrement en début de montage : une pincée de sel suffit pour un litre de blancs.*
- *Dans le cas d'une utilisation sucrée, meringuer légèrement les blancs aux trois quarts du montage avec 8 à 10 g de sucre pour un blanc. Le sucre utilisé doit être prélevé sur la quantité totale de la recette.*
- *Mesurer les blancs : à titre indicatif, 1 litre contient environ 32 blancs.*
- *Monter les blancs au dernier moment, juste avant leur utilisation : ils ne doivent absolument pas attendre !*

MONTER DES BLANCS À LA MAIN



- Réunir tout le matériel nécessaire au montage.
- S'assurer de sa propreté.
- Contrôler les blancs d'œufs et les mesurer.



- Nettoyer soigneusement le bassin en cuivre non étamé avec du sel et du vinaigre.
- Bien le rincer et l'égoutter renversé. Ne pas l'essuyer, ou utiliser du papier absorbant.

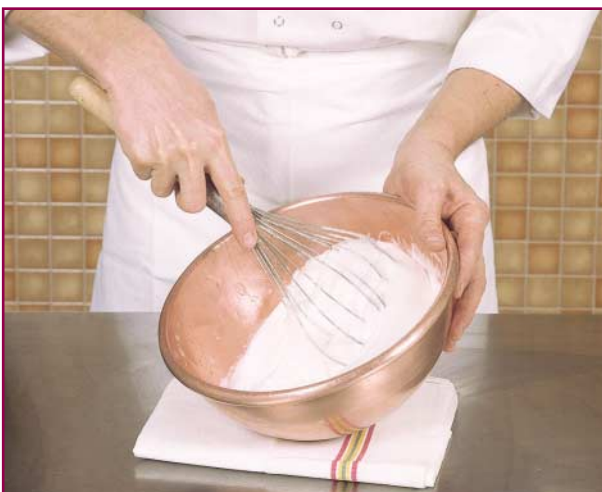


- Stabiliser le bassin sur un torchon plié ou sur un cercle à entremets.
- Verser les blancs mesurés dans le bassin.
- Si les blancs sont très frais, ajouter une petite pincée de sel fin ou quelques gouttes de jus de citron.

EN NEIGE



- Rompre les blancs (les casser).
- Battre très lentement au début, afin de rendre les blancs très globuleux, plus fluides.



Monter les blancs :
- Pencher le bassin et accélérer progressivement la vitesse du fouettage.
- Fouetter régulièrement sans discontinuer.
- Bien soulever la masse pour lui incorporer le maximum d'air.
- Ne pas fouetter exagérément : lorsque les blancs ont atteint leur développement maximum, les traces du fouet restent apparentes, et ils ne se décollent pas du bassin. Battus trop longtemps, les blancs risquent de grainer.



Serrer les blancs :
- Ajouter un peu de sucre si les blancs d'œufs battus en neige sont destinés à une préparation sucrée.
- Remuer les blancs en tournant très rapidement ou en formant un huit (mouvement circulaire identique à la réalisation de la mayonnaise).
  Cette dernière opération assure une meilleure cohésion des blancs, les rend plus fermes et parfaitement lisses.

MONTER DES BLANCS À LA MACHINE

Le montage des blancs d'œufs au batteur nécessite beaucoup d'attention et de surveillance.

Commencer en vitesse lente pour casser les blancs, puis accélérer progressivement pour les monter.

Il est plus prudent pour un apprenti d'arrêter la machine, d'ôter la cuve de l'appareil, et de serrer les blancs à la main.

LES MERINGUES (FRANÇAISE, SUISSE, ITALIENNE)

LA MERINGUE FRANÇAISE

BON D'ÉCONOMAT



DENRÉES pour 1/2 l de BLANCS D'ŒUFS	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base **- blancs d'œufs** **- sel fin (facultatif)** **- sucre semoule**	**pièce** **ou** **l** **kg**	**16** **1/2** **PM** **1,000**		
ou (1) **- blancs d'œufs** **- sel fin (facultatif)** **- sucre semoule pour le serrage** **- sucre glace pour la finition**	**p** **ou** **l** **kg** **kg**	**16** **1/2** **PM** **0,500** **0,500**		
Chemisage des plaques (facultatif) **- beurre** **- farine**	**kg** **kg**	**0,040** **0,080**		
Finition **- sucre glace**	**kg**	**PM**		
Durée moyenne de préparation			**10 à 15 min**	
Durée moyenne de cuisson			**2 h environ**	
Durée moyenne de séchage en étuve			**plusieurs heures**	

(1) Le sucre semoule peut être partiellement remplacé par du sucre glace. Dans ce cas, meringuer les blancs en fin de montage avec le sucre semoule, puis ajouter délicatement le sucre glace tamisé en finition.

La meringue française est une meringue à cuire (ou à dessécher en étuve). Elle est d'une très grande finesse, mais elle est très fragile en raison de sa grande friabilité.

Elle est principalement réalisée pour la confection des coques de vacherins, de meringues «nature» ou glacées, des œufs à la neige et des îles flottantes, des têtes de nègre et de nombreux petits fours secs.

Elle est aussi un appareil de base pour masquer certains entremets (omelettes norvégiennes, tartes meringuées...).

Additionnée de poudre d'amandes ou de noisettes, de farine tamisée ou de fécule, elle est en outre la base employée pour élaborer des fonds de progrès ou de succès, des éponges et des bâtons de Maréchaux.

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.
- Réserver, régler et vérifier la température du four ou de l'étuve (de + 80 °C à + 120 °C) en tenant compte du four et de la grosseur des pièces à dessécher.
- Préparer les plaques à pâtisserie, les recouvrir d'une feuille de papier spécial pour la cuisson, ou les beurrer légèrement et les fariner (voir page 351).
- Préparer les poches, les douilles et une corne.
- Nettoyer le bassin avec du sel et du vinaigre, puis le rincer.

2) Monter les blancs d'œufs en neige

- Respecter les précautions et les recommandations citées page précédente.
- Rompre les blancs, les monter, puis les serrer avec le tiers du poids en sucre («0,333 kg») dès qu'ils sont aux 9/10ème du montage.

3) Terminer la meringue

- Arrêter de battre et incorporer très délicatement le reste du sucre («0,666 kg») à l'aide d'une écumoire.
- Verser le sucre doucement en pluie, et soulever les blancs d'œufs battus en neige avec l'écumoire, en tournant le bassin d'un quart de tour entre chaque coup d'écumoire.

4) Dresser ou coucher les meringues immédiatement sur les plaques

- La meringue ne doit pas attendre !

5) Saupoudrer légèrement les meringues avec du sucre glace

6) Cuire et sécher les meringues

- Les cuire durant au moins deux heures dans un four à + 80 °C/120 °C maximum (selon la grosseur des meringues).
- Si nécessaire, doubler ou tripler les plaques car les meringues ne doivent pas colorer ou du moins très peu.
- Ouvrir le ouras (clé) et entrouvrir légèrement la porte du four en fin de cuisson pour évacuer plus rapidement la buée et pour bien sécher les meringues.
- Terminer le séchage des meringues dans une étuve durant plusieurs heures.

7) Débarrasser les meringues

- Les réserver dans une étuve de + 40 °C à + 50 °C, ou les placer dans une boîte hermétique à l'abri de l'humidité.



- Mettre en place le poste de travail (nettoyer le bassin, mesurer les blancs, peser le sucre, préparer les plaques de cuisson, les poches et les douilles).
- Rompre les blancs très lentement au début, puis fouetter plus énergiquement en soulevant la masse pour bien les monter.



- Serrer les blancs avec le tiers du poids de sucre dès qu'ils sont aux 9/10ème de leur montage.



- Arrêter de battre et incorporer délicatement le reste du sucre à l'aide d'une écumoire.
- Utiliser la meringue immédiatement.



- Dresser ou coucher les meringues, en utilisant une poche munie d'une douille unie ou cannelée.
- Utiliser une plaque à pâtisserie recouverte d'une feuille de papier spécial pour la cuisson, ou une plaque légèrement beurrée et farinée.



- Saupoudrer les meringues de sucre glace.
- Les cuire dans un four de + 80 °C à + 120 °C selon leur grosseur, ouras ouvert, et entrouvrir la porte en fin de cuisson pour évacuer les buées.
- Les sécher durant plusieurs heures dans une étuve.

LA MERINGUE SUISSE

La meringue suisse ou meringue «cuite sur le feu» est une meringue solide et peu friable.

Elle est principalement employée pour la réalisation de certains petits fours secs (doigts de fée, rochers aux amandes, à la noix de coco, champignons).

Initialement, elle était dressée à la cuiller plus ou moins régulièrement, puis séchée au four.

BON D'ÉCONOMAT



DENRÉES pour 1/2 l de BLANCS D'ŒUFS	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- blancs d'œufs	**pièce**	**16**		
	ou			
	l	**1/2**		
- sucre semoule	**kg**	**1,000**		
ou				
- sucre glace (1)	**kg**	**1,000**		
- sel fin (facultatif)	**kg**	**0,004**		
Chemisage des plaques (facultatif)				
- beurre	**kg**	**0,040**		
- farine	**kg**	**0,080**		
Durée moyenne de préparation			**20 à 25 min**	
Durée moyenne de cuisson au four			**2 h environ**	
Durée moyenne de séchage en étuve			**plusieurs heures**	

(1) Le sucre glace rend les meringues très solides, il est conseillé pour la réalisation des champignons ou des motifs réputés fragiles.

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.
- Réserver, régler et vérifier la température du four ou de l'étuve : + 80 °C à + 100 °C, selon le nombre et la grosseur des pièces à dessécher.
- Préparer les plaques à pâtisserie, les recouvrir d'une feuille de papier spécial pour la cuisson, ou les beurrer très légèrement et les fariner (voir page 351).
- Préparer les poches, les douilles et une corne.
- Nettoyer le bassin.

2) Préparer une sauteuse avec de l'eau à + 60 °C, qui servira de bain-marie
(procédé identique à la réalisation de la génoise).

3) Chauffer l'appareil à meringue au bain-marie

- Réunir dans le bassin : les blancs d'œufs, une petite pincée de sel (facultatif) et le sucre.
- Mélanger énergiquement et placer le bassin dans le bain-marie.
- Fouetter vigoureusement et sans arrêter jusqu'à ce que la température de l'appareil atteigne + 45 °C à + 50 °C. Il doit blanchir et augmenter de volume.

4) Monter l'appareil à meringue suisse

- Retirer le bassin du bain-marie, et continuer de fouetter énergiquement jusqu'au complet refroidissement de l'appareil (l'appareil peut être transvasé dans la cuve du batteur-mélangeur et monté à l'aide de la machine).
- En fin de refroidissement, la meringue doit être très blanche, lisse et ferme.

5) Dresser ou coucher les meringues immédiatement sur les plaques à pâtisserie

6) Cuire et sécher les meringues

- Les cuire durant au moins 2 heures dans un four de + 80 °C à + 120 °C, selon le nombre et la grosseur des meringues.
- Si nécessaire, doubler les plaques : les meringues doivent rester blanches, ou éventuellement **très** blondes.

• Ouvrir le ouras (clé) et entrouvrir légèrement la porte du four pour évacuer la buée et bien dessécher les meringues.
• Finir le séchage des meringues en étuve durant plusieurs heures.

7) Débarrasser les meringues

• Les réserver dans une étuve de + 40 °C à + 50 °C, ou les conserver dans une boîte hermétique à l'abri de la poussière et de l'humidité.



• Réunir les blancs d'œufs et le sucre dans le bassin.
• Mélanger l'ensemble.



• Chauffer le mélange dans un bain-marie à + 60 °C jusqu'à ce que l'appareil blanchisse, augmente de volume et atteigne la température de + 45 °C à + 50 °C.



• Retirer le bassin du bain-marie et monter la meringue en fouettant énergiquement jusqu'à son complet refroidissement.



• Dresser ou coucher les meringues, en utilisant une poche munie d'une douille unie ou cannelée, sur une plaque légèrement beurrée, ou farinée, ou recouverte de papier spécial pour la cuisson.
• Cuire les meringues au four de + 80 °C à + 120 °C durant au moins deux heures, clé ouverte et porte entrouverte pour évacuer les buées, puis les sécher en étuve durant plusieurs heures.

LA MERINGUE ITALIENNE

La meringue est généralement utilisée sans cuisson.

Elle sert principalement à alléger certaines crèmes (pâtissière, fouettée, crème façon Chiboust, crèmes légères diverses...), et certains entremets de base (soufflés glacés, mousses diverses...).

La meringue italienne permet aussi de masquer et de décorer les tartes meringuées, les omelettes norvégiennes, les polonaises...

Après saupoudrage du sucre glace, elle peut être caramélisée au four ou sous la salamandre, ou quadrillée au fer rouge.

BON D'ÉCONOMAT



DENRÉES pour 1/2 l de BLANCS D'ŒUFS				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- blancs d'œufs	**pièce**	**16**		
	ou			
	l	**1/2**		
- sel fin		**PM**		
- sucre en morceaux	**kg**	**1,000**		
- eau	**l**	**0,33**		
ou				
- blancs d'œufs	**l**	**1/2**		
- sel fin		**PM**		
- sucre en morceaux	**kg**	**0,800**		
- eau	**l**	**0,25**		
- sucre glace	**kg**	**0,200**		
Parfums (facultatif)				
- vanille		**PM**		
- fleur d'oranger		**PM**		
Durée moyenne de préparation			**30 à 35 min**	

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.
- Nettoyer le bassin et le poêlon à sucre (selon les précautions d'usage).
- Préparer la mise en place pour la cuisson du sucre (voir page 581) : calotte avec de l'eau, pinceau, écumoire, thermomètre à sucre.
- Mesurer les blancs et les verser, soit dans le bassin, soit dans la cuve du batteur-mélangeur.
- Si nécessaire, ajouter une petite pincée de sel.

2) Marquer le sucre en cuisson

- Réunir le sucre en morceaux avec le tiers de son poids en eau dans le poêlon, puis porter le mélange à ébullition.
- Ecumer, et placer le thermomètre à sucre.

3) Monter les blancs

A la main :

- Dès que le sucre entre en cuisson, commencer à monter les blancs selon les recommandations précisées en page 570.

Au batteur-mélangeur :

- Commencer à rompre, puis à monter les blancs lorsque la température du sucre atteint + 110/112 °C (filet).

Dans les deux cas, il est important d'obtenir simultanément des blancs parfaitement montés et du sucre cuit au boulé (+ 117/118 °C).

Toutefois, il est possible de ralentir ou d'accélérer la vitesse du fouettage ou la cuisson du sucre.

- Pour éviter aux blancs trop fouettés de grainer, il est possible de les meringuer légèrement en fin de montage avec 0,200 kg de sucre glace ou de sucre semoule pour 1 litre de blancs. Dans ce cas, la température du sucre doit être augmentée de 2 à 3 °C (soit + 120 °C au lieu de + 117/118 °C).

4) Incorporer le sucre cuit sur les blancs montés

- Arrêter la cuisson du sucre et le verser doucement sur les blancs, sans arrêter de fouetter.

- Eviter de verser le sucre sur les branches du fouet, le sucre risque d'être projeté contre les parois de la cuve ou du bassin, et peut alors se transformer en petits cristaux insolubles.
- Réduire légèrement la vitesse du batteur-mélangeur, puis fouetter la meringue italienne jusqu'à son complet refroidissement. La meringue doit être ferme, homogène, très lisse, et doit bien tenir dans les branches du fouet.

5) Débarrasser la meringue italienne

- La débarrasser dans une calotte en acier inoxydable et la recouvrir d'un film en plastique alimentaire (la meringue italienne dessèche facilement en surface), puis la réserver en enceinte réfrigérée à + 3 °C.



- Réaliser la mise en place du poste de travail.
- Marquer le sucre en cuisson avec le tiers de son poids en eau.
- Ecumer le sirop et placer le thermomètre à sucre.



- Mesurer les blancs et ajouter une pincée de sel.
- Commencer à rompre lentement les blancs, puis les monter dès que la température du sucre atteint + 110/112 °C.
- S'ils ont tendance à grainer, les meringuer en fin de montage.



- Cuire le sucre à + 117/118 °C, ou à + 120 °C si les blancs sont meringués.
- Arrêter la cuisson du sucre, puis le verser lentement en mince filet sur les blancs fouettés.
- Continuer le montage en vitesse moyenne, jusqu'au complet refroidissement de la meringue.



- Débarrasser la meringue italienne dans une calotte en acier inoxydable.
- La recouvrir d'un film en plastique alimentaire, puis la réserver durant quelques heures en enceinte réfrigérée.

REMARQUE

La meringue italienne peut être très légèrement colorée pour les décors, et éventuellement parfumée selon son utilisation.

Sa durée de conservation est très limitée (quelques heures), il est donc préférable de la réaliser en fonction des besoins.

Tarte au citron meringuée



LES SIROPS ET LES SUCRES CUITS

LES SIROPS

Les sirops sont des solutions plus ou moins concentrées d'eau et de sucre, éventuellement de sucre et de jus de fruits. Ils peuvent être parfumés en fonction de leur utilisation. Dans ce cas, les parfums peuvent être ajoutés pendant la réalisation, notamment pour la vanille et les zestes de citron ou d'orange, ou après la réalisation, s'il s'agit d'alcools et de liqueurs.

La consistance visqueuse des sirops dépend de leur concentration en sucre. Si l'on prolonge la cuisson d'un sirop, l'eau s'évapore, le sirop se concentre et la température s'élève. Passé un certain degré de cuisson, l'eau a complètement disparu et le sucre se colore : c'est la formation du caramel.

Pour évaluer de façon précise la concentration en sucre d'un sirop, on utilisait autrefois un pèse-sirop gradué en degrés Baumé. Actuellement, pour uniformiser les unités de mesure, on utilise soit un densimètre gradué de 1 000 à 1 400, soit un thermomètre à sucre gradué en degrés centigrades.

Le densimètre plongé dans de l'eau distillée à la température de 15 °C indique 1 000 ; plus le sirop est concentré, moins le densimètre pénètre dans le sirop, et plus il indique un chiffre élevé.

Dans un sirop très concentré, la pénétration du densimètre est très difficile, et il n'est plus utilisable. Le sirop n'est plus «pesé», mais «cuit» d'où l'appellation de «sucre cuit». Il est alors évalué selon l'une des deux principales techniques :

- *l'évaluation de sa température, en utilisant un thermomètre à sucre,*
- *l'évaluation de sa consistance, par le procédé dit «du toucher» qui nécessite une bonne expérience professionnelle.*

TABLEAU DE LA CORRESPONDANCE DES DEGRÉS «BAUMÉ» AVEC LES DEGRÉS DENSIMÉTRIQUES

Degrés Baumé	Degrés densimétriques	Degrés Baumé	Degrés densimétriques
5	1.0359	21	1.1699
6	1.0434	22	1.1799
7	1.0509	23	1.1896
8	1.0587	24	1.1995
9	1.0665	25	1.2095
10	1.0745	26	1.2197
11	1.0825	27	1.2301
12	1.0907	28	1.2407
13	1.0989	29	1.2515
14	1.1074	30	1.2624
15	1.1159	31	1.2736
16	1.1247	32	1.2850
17	1.1335	33	1.2964
18	1.1425	34	1.3082
19	1.1515	35	1.3199
20	1.1609	36	1.3319

BON D'ÉCONOMAT



MATÉRIEL DE PRÉPARATION



DENRÉES pour 1 l d'EAU (1)				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base **- eau** **- sucre** **(selon la densité recherchée)**	**l** **kg**	**1** **0,400** **à** **2,000**		
Exemples				
Sirop pour pocher des fruits, pour imbiber des savarins ou des babas **- eau** **- sucre semoule**	**l** **kg**	**1** **0,500** **à** **0,600**		
Parfums facultatifs (selon utilisation) **- vanille** **- zestes de citron ou d'orange** **- rhum** **- kirsch**	**gousse** **l** **l**	**1** **PM** **0,20** **0,20**		
Sirop pour sorbets **- eau** **- sucre semoule (selon les fruits utilisés)** **- jus de citron (selon l'acidité des fruits utilisés)**	**l** **kg**	**1** **1,000** **à** **1,500** **PM**		
Durée minimum d'ébullition			**1 min**	

(1) L'unité de base de la réalisation d'un sirop et le litre d'eau.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail
- S'assurer de la propreté du matériel utilisé.
- Peser le sucre et mesurer l'eau.

2) Réunir le sucre et l'eau dans une russe de grandeur appropriée
- Remuer le mélange afin d'assurer une bonne dissolution du sucre.

3) Ajouter la gousse de vanille
- La fendre en deux dans le sens de la longueur.
- Ajouter également les zestes d'agrumes non traités, si l'utilisation du sirop le nécessite.

4) Porter le mélange à ébullition
- Le remuer si nécessaire, pour accélérer la dissolution du sucre.
- Laisser bouillir le sirop durant quelques minutes pour l'amener au degré de concentration souhaité.

5) Ecumer le sirop

L'écume est fonction de la concentration du sirop et de la qualité (pureté) du sucre utilisé (degré de raffinage).
- L'écumer à l'aide d'une écumoire trempée dans de l'eau froide.

6) Passer le sirop au chinois étamine
- Le passer au chinois étamine dans un récipient en acier inoxydable.
- Utiliser immédiatement le sirop ou le refroidir rapidement.

SUITE



RECOMMANDATIONS

Un sirop représente l'une des bases les plus simples à réaliser. Néanmoins, certaines précautions doivent être respectées pour obtenir un sirop de bonne qualité hygiénique :

- *Utiliser du matériel parfaitement propre.*
- *Utiliser un sucre de bonne qualité, correctement raffiné (sucre en morceaux, par exemple).*
- *Ecumer soigneusement le sirop durant sa cuisson. Il arrive parfois que le sirop «monte» et déborde de la russe de cuisson : cette réaction est due au carbonate de chaux utilisé lors de l'épuration et de la filtration du sirop (voir cours sur la fabrication du sucre de betterave dans «Technologie culinaire» - Editions BPI).*
- *Porter impérativement les sirops à ébullition. La durée de conservation des sirops est fonction de leur pureté, de leur concentration en sucre et de leur éventuelle teneur en alcool.*

  Plus un sirop est concentré, plus sa conservation est aisée. Il est dangereux de conserver des sirops dont le degré de densité est faible car ils fermentent rapidement.
- *Avant de les utiliser, refaire bouillir et repeser les sirops. Pesés à chaud et à froid, les sirops présentent un degré de concentration différent. Un sirop froid pèse généralement de 3 à 5°Baumé de plus que lorsqu'il est bouillant (à cause de l'évaporation d'eau durant le refroidissement). La densité des sirops est souvent approximative : elle varie en fonction de la quantité d'eau évaporée durant la cuisson et le refroidissement.*
- *Veiller à toujours peser les sirops bouillants, après une minute d'ébullition, ce qui permet de garder des repères précis.*

REMARQUE

Les sirops les plus utilisés en restauration correspondent en moyenne aux densités suivantes :

- ***1.1159 à 1.1247 ou 15 à 16°Baumé** ou approximativement 1 l d'eau et 0,500 kg à 0,600 kg de sucre :*
  - *pour pocher des fruits (la densité du sirop peut toutefois varier selon la nature du fruit utilisé et son degré de maturité),*
  - *pour les salades et les cocktails de fruits,*
  - *pour imbiber les babas et les savarins.*

- ***1.2624 à 1.2850 ou 30 à 32°Baumé** ou approximativement 1 l d'eau et 1,200 kg de sucre :*
  - *pour glacer certaines pâtisseries sortant du four (Pithiviers, galettes des rois) ; toutefois, cette opération peut être avantageusement remplacée en saupoudrant les pâtisseries de sucre glace,*
  - *pour détendre éventuellement un fondant trop sec et cassant,*
  - *pour la réalisation des sorbets,*
  - *pour diluer un alcool destiné à «puncher» un entremets (génoises, biscuits roulés, etc.).*

LES SUCRES CUITS

BON D'ÉCONOMAT



Au-delà d'un certain degré de concentration, le sirop se déshydrate, s'épaissit (1.350°D) et le densimètre, comme indiqué dans l'introduction des sirops, ne peut plus être utilisé.

Le sirop n'est plus «pesé», mais «cuit», d'où l'appellation de «sucre cuit». Le contrôle de la cuisson du sucre s'effectue :

- soit à l'aide d'un thermomètre à sucre généralement gradué de 80 °C à 200 °C,
- soit à l'aide d'une méthode empirique basée sur la consistance et le «toucher» du sucre.

DENRÉES pour 1 kg de SUCRE (1)				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base **- sucre en morceaux** **- eau**	 **kg** **l**	 **1,000** **0,3 à 0,4**		
Additifs facultatifs selon utilisation (agents anti-cristallisants) **- glucose** **- acide tartrique** **- crème de tartre** **- acide acétique** **- acide citrique** **- jus de citron**		 **PM** **PM** **PM** **PM** **PM** **PM**		
Durée moyenne de cuisson			**variable selon la quantité de sucre à cuire**	

(1) L'unité de base de la réalisation d'un sucre cuit est le kg de sucre.

MATÉRIEL DE PRÉPARATION



TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- S'assurer de la propreté du matériel utilisé.
- Choisir un poêlon à sucre en cuivre non étamé de grandeur appropriée (dans un poêlon trop grand, la hauteur du sucre n'est pas suffisante pour utiliser un thermomètre, d'autre part, la cuisson est difficile à maîtriser car elle s'effectue trop rapidement).
- Le nettoyer soigneusement avec du sel et du vinaigre, bien le rincer.
- Prévoir un petit récipient rempli d'eau froide, un pinceau, une écumoire et le thermomètre.
- Eventuellement, prévoir également une plaque contenant de l'eau froide destinée à stopper brusquement la cuisson du sucre.

2) Dans le poêlon, réunir le sucre et le tiers de son poids en eau (environ 30 à 40 %)

- Remuer le mélange pour mieux dissoudre le sucre.
- Eviter de projeter le sucre contre les parois du poêlon.

3) Porter le mélange à ébullition

- Régler le brûleur de manière à ce que la flamme ne déborde pas du poêlon.

4) Ecumer soigneusement le sirop dès son ébullition

5) Rincer le thermomètre à sucre à l'eau chaude

- Le placer dans le sucre dès le début de la cuisson. Le protéger de la chaleur excessive en le plaçant du côté de la queue de poêlon.

6) Nettoyer soigneusement les bords intérieurs du poêlon

- Eliminer toutes les éventuelles projections de sucre à l'aide d'un pinceau mouillé, elles risqueraient de caraméliser et de colorer le sucre.

7) Contrôler le degré de cuisson souhaité

- Lorsque le thermomètre indique environ 5 °C au-dessous du point de cuisson souhaité, diminuer l'intensité du feu et surveiller attentivement le sucre.

SUITE

• Dès le degré souhaité, retirer le poêlon du feu et plonger le fond durant quelques secondes dans une calotte ou dans une plaque contenant de l'eau glacée.

8) Utiliser le sucre cuit immédiatement.

REMARQUE

Lorsque le degré de cuisson souhaité a été accidentellement dépassé, il est possible de décuire du sucre cuit.

Dans ce cas, lui ajouter un peu d'eau froide et le recuire jusqu'au degré de cuisson souhaité. En revanche, en le décuisant, il n'est pas possible de lui ôter un excès de coloration.



RECOMMANDATIONS

La cuisson du sucre, notamment en petite quantité, demande beaucoup de précautions. Les différentes étapes de la cuisson du sucre se succèdent très rapidement :

- *Il est nécessaire de surveiller la cuisson attentivement.*
- *Utiliser du matériel parfaitement propre.*
- *Nettoyer le poêlon avec du sel et du vinaigre, et le rincer soigneusement.*
- *Utiliser de préférence du sucre en morceaux (il est plus raffiné et contient donc moins d'impuretés).*
- *Le dissoudre avec 30 à 40 % de son poids en eau.*
- *Avant de le porter à ébullition, remuer le sucre pour favoriser et accélérer sa dissolution.*
- *Ne pas y toucher durant la cuisson car le sucre se met sous forme de petits cristaux, on dit qu'il «masse».*

  Pour remédier à cet inconvénient, certains professionnels hydrolysent partiellement leur sirop de saccharose en le «graissant», ce qui ne signifie pas qu'on lui ajoute de la graisse !

  «Graisser» un sirop de saccharose consiste à lui ajouter soit du glucose, soit un acide autorisé, qui empêche la cristallisation.
- *Nettoyer constamment les bords intérieurs du poêlon à l'aide d'un pinceau humide bien égoutté. Quelques gouttes d'eau froide dans un sucre cuit non graissé suffisent parfois à le faire «masser» ou cristalliser.*

L'utilisation d'un pèse-sirop ou d'un thermomètre demande aussi quelques précautions particulières :

- Avant utilisation, nettoyer soigneusement le pèse-sirop ou le thermomètre.
- Ne pas les plonger brusquement dans un sirop dont la température est élevée (risque d'éclatement).
- Laver le thermomètre à l'eau chaude et le placer dans le sirop au début de la cuisson (il peut être éventuellement «graissé»).
- Poser doucement le densimètre dans une éprouvette, ou dans le récipient contenant le sirop, et le laisser descendre doucement sans l'enfoncer de force !
- Après utilisation, nettoyer soigneusement le pèse-sirop ou le thermomètre. Ils sont très fragiles et doivent être entreposés à l'abri des chocs.

CONTRÔLE MANUEL DE LA CONSISTANCE DU SUCRE CUIT

Cette technique requiert une certaine habitude, elle permet cependant d'obtenir des résultats assez précis chez les professionnels expérimentés qui ne craignent pas de se brûler.

TECHNIQUE

- A proximité du poêlon, prévoir un petit récipient contenant de l'eau très froide et très propre.
- Plonger le pouce, l'index et le majeur dans l'eau froide durant quelques secondes, afin de les insensibiliser.
- Retirer les doigts de l'eau et les secouer énergiquement pour éliminer l'excès d'eau qui risquerait de décuire le sucre et de fausser les résultats.
- Prélever très rapidement un peu de sucre en cuisson au milieu du poêlon et replonger les doigts dans l'eau glacée.
- Les ressortir immédiatement et contrôler la consistance du sucre cuit (voir tableau des phases de cuisson).

REMARQUE

Ces tests doivent être réalisés très rapidement car la cuisson du sucre évolue très vite, surtout en petite quantité.

Les premiers points de cuisson du sucre peuvent être contrôlés à l'aide du manche d'une cuiller ou d'une fourchette : plonger avantageusement le manche dans le sucre en cuisson, puis contrôler la consistance avec les doigts. Cette méthode évite de se brûler et de décuire le sucre par un apport d'eau froide.

TABLEAU DES PRINCIPALES PHASES DE LA CUISSON DU SUCRE

Appellations	Densités et poids approximatif de sucre par kg	Températures moyennes	Reconnaissance des stades de cuisson	Utilisations
NAPPE	**1.2964 D ou 33° Baumé envir. 0,750 kg**	**105 °C**	**Une fine pellicule de sirop s'étale sur une écumoire et forme des gouttes avant de tomber.**	**Confitures, gelées, marmelades, pâtes de fruits, fruits confits, fruits au sirop, compotes, punchage des babas et savarins**
PETIT FILET	**1.3199 D ou 35° Baumé envir. 0,800 kg**	**107 °C**	**Une goutte de sirop prise entre le pouce et l'index se transforme en petit fil lorsque l'on écarte les doigts**	**Gelées, fruits confits, mousses de fruits**
GRAND FILET	**1.3319 D ou 36° Baumé envir. 0,850 kg à 0,900 kg**	**110 °C**	**Les fils précédemment décrits s'allongent sans se rompre, ils sont plus visqueux, épais et plus résistants**	**Crème au beurre réalisée uniquement avec des jaunes d'œufs, fruits confits, marrons glacés**
PETIT BOULÉ	**1.3440 D ou 37° Baumé envir. 0,950 kg**	**115/117 °C**	**Plonger les doigts dans de l'eau froide, les égoutter, puis prélever un peu de sucre cuit. Replonger immédiatement les doigts dans l'eau froide et rouler le sucre entre le pouce, l'index et le majeur : une petite boule molle et souple se forme**	**Crème au beurre réalisée sur un mélange d'œufs entiers et de jaunes, mousse de fruits, appareils à bombes, à parfaits, à soufflés glacés, marrons glacés**
BOULÉ	**1.3680 D ou 39° Baumé envir. 0,975 kg**	**120 °C**	**La boule précédemment décrite est un peu plus consistante**	**Crème au beurre réalisée sur des œufs entiers, fondant mou, meringue italienne**
GROS BOULÉ	**1.3830 D ou 40° Baumé envir. 0,985 kg**	**125/130 °C**	**La boule devient plus ferme et reste ronde**	**Fondant dur, meringue italienne, rochers, pâte d'amandes fondante, caramels mous**
PETIT CASSÉ	**envir. 1,000 kg La densité du sirop ne permet plus l'utilisation du densimètre ou du pèse-sirop, il n'y a plus d'eau**	**135/140 °C**	**Lorsque l'on remet les doigts dans l'eau froide, le sucre durcit en émettant de petits craquements. Il ne forme plus une boule et il devient cassant. Il semble dur mais colle sous la dent**	**Pâte d'amandes, nougat de Montélimar, bonbons, caramels**
GRAND CASSÉ	**envir.1,000 kg La densité du sirop ne permet plus l'utilisation du densimètre ou du pèse-sirop, il n'y a plus d'eau**	**145/150 °C**	**Dans l'eau froide, le sucre durcit immédiatement, laisse entendre de petits pétillements et casse net. Il ne colle plus aux dents**	**Nougat sec, décor en sucre à partir de 150 °C, sucre tiré, voilé, soufflé, sucre au rocher, fruits secs déguisés**

SUITE

Appellations	Densités et poids approximatif de sucre par kg	Températures moyennes	Reconnaissance des stades de cuisson	Utilisations
CARAMEL CLAIR «PETIT JAUNE» «JAUNE» «GRAND JAUNE»	**envir. 1,000 kg La densité du sirop ne permet plus l'utilisation du densimètre ou du pèse-sirop, il n'y a plus d'eau**	**155 °C 160 °C 165 °C**	**Une quantité importante de caramel donne l'illusion d'une coloration supérieure à ce qu'elle est réellement**	**Fruits et fleurs déguisés, sucre tiré, filé, soufflé, coulé, glaçage des salammbôs, montage des Saint-Honoré, des croquembouches et des éléments en nougatine, nougatine**
CARAMEL	**envir. 1,000 kg La densité du sirop ne permet plus l'utilisation du densimètre ou du pèse-sirop, il n'y a plus d'eau**	**170/180 °C**	**Pour s'assurer de la juste coloration du caramel, tremper un petit morceau de papier blanc (sulfurisé) dans le sucre cuit. La coloration du caramel sur le papier reflète plus fidèlement la coloration de la masse dans le poêlon**	**Crème caramel, crème viennoise, glace au caramel, gâteau de riz au caramel, chemisage des moules au caramel**
CARAMEL FONCÉ	**envir. 1,000 kg La densité du sirop ne permet plus l'utilisation du densimètre ou du pèse-sirop, il n'y a plus d'eau**	**185/190 °C**	**Le sucre noircit rapidement et dégage une fumée âcre et irritante (risque d'inflammation)**	**Caramel pour colorant**

CONTRÔLER LES DIFFÉRENTS POINTS DE LA CUISSON DU SUCRE

Voir page précédente, le contrôle manuel de la consistance du sucre cuit.



- Réunir dans un poêlon le sucre et le tiers de son poids en eau.
- Mélanger afin de faciliter la dissolution du sucre.
- Porter le mélange à ébullition et écumer soigneusement.



- A l'aide d'un pinceau mouillé, nettoyer constamment les éventuelles projections de sucre contre les parois du poêlon.
- Introduire le thermomètre à sucre, et veiller à le protéger de la chaleur excessive en le plaçant juste au-dessus de la queue du poêlon.



• **Nappe (105 °C)**
Une fine pellicule de sirop s'étale sur l'écumoire et forme des gouttes avant de tomber.



• **Filet (108/110 °C)**
Une goutte de sirop prise entre le pouce et l'index se transforme en petit fil plus ou moins résistant lorsque l'on écarte les doigts :
- fil très fin et court : petit filet
- fil plus épais et plus long : filet
- fil visqueux résistant : grand filet



• **Petit boulé (115/117 °C)**
Le sucre cuit, roulé entre le pouce et l'index, va former une petite boule molle et souple.



• **Gros boulé (125/130 °C)**
La boule devient plus ferme et reste ronde.



• **Cassé**
Dans l'eau froide, le sucre durcit immédiatement en émettant de petits craquements. Il ne forme plus une boule et devient cassant.



• **Caramel**
Pour s'assurer de la juste coloration du caramel, tremper un petit morceau de papier sulfurisé dans le sucre cuit : la coloration du caramel sur le papier reflète fidèlement la coloration de la masse dans le poêlon.

LES PETITS FOURS SECS

Selon la finesse recherchée des petits fours, les proportions proposées peuvent être légèrement modifiées.

LES TUILES AUX AMANDES



DENRÉES pour 60 TUILES environ	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- amandes effilées ou concassées	kg	0,200		
- sucre glace ou sucre semoule	kg	0,200		
- farine type 55	kg	0,050		
- œufs entiers	pièce	2		
- blancs d'œufs	pièce	2		
- beurre	kg	0,050		
- vanille		PM		
- beurre pour les plaques	kg	0,040		

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Réaliser l'appareil

- Réunir dans une calotte les amandes, le sucre et la farine tamisée.
- Ajouter les œufs légèrement battus à la fourchette.
- Mélanger le tout délicatement à l'aide d'une spatule en exoglass.
- Ajouter quelques gouttes d'extrait de vanille et le beurre fondu refroidi.
- Le mélange du beurre fondu doit être réalisé seulement au moment de l'utilisation, il protège l'appareil et évite le dessèchement en surface.
- Couvrir la calotte et laisser reposer l'appareil une trentaine de minutes.



- Nettoyer soigneusement les plaques à pâtisserie et les beurrer légèrement avec un pinceau.
- Disposer en quinconce à l'aide d'une cuiller, une vingtaine de petits tas d'appareil par plaque.



- Les aplatir à l'aide d'une fourchette mouillée.
- Bien régulariser la forme et répartir uniformément les amandes.



- Cuire les tuiles au four à 220 °C.
- Les décoller et les retourner à l'aide d'un triangle, puis les courber immédiatement dans une gouttière.
- Les réserver dans une boîte hermétique à l'abri de l'humidité.

LES PALETS DE DAME ET LES PALETS AUX RAISINS - LES CIGARETTES ET LES LANGUES DE CHAT

La technique de réalisation de l'appareil est identique, seules les proportions diffèrent.



LES PALETS DE DAME ET LES PALETS AUX RAISINS

DENRÉES pour 120 PALETS environ				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
APPAREIL À PALETS DE DAME Base				
- beurre	kg	0,200		
- sucre glace	kg	0,200		
- œufs entiers	pièce	4 à 4,5		
- farine type 55	kg	0,200 à 0,250		
- vanille		PM		
- beurre pour les plaques	kg	0,040		
APPAREIL À PALETS AUX RAISINS idem appareil à palets de dame, ajouter :				
- raisins de Smyrne ou de Corinthe	kg	0,100		
- rhum ambré	1	0,10		

LES CIGARETTES

DENRÉES pour 60 CIGARETTES environ				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
APPAREIL À CIGARETTES Base				
- beurre	kg	0,200		
- sucre glace	kg	0,200		
- blancs d'œufs	pièce	6		
- farine type 55	kg	0,150		
- vanille		PM		
- beurre pour les plaques	kg	0,040		

LES LANGUES DE CHAT

DENRÉES pour 100 LANGUES DE CHATS environ				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
APPAREIL À LANGUES DE CHAT Base				
- beurre	kg	0,200		
- sucre glace	kg	0,250		
- blancs d'œufs	pièce	7 à 8		
- farine type 55	kg	0,250		
- beurre pour les plaques	kg	0,040		

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.
- Tempérer les ingrédients en les maintenant quelques heures à l'avance à la température du laboratoire.

2) Réaliser l'appareil

- Travailler le beurre en pommade dans une calotte, puis ajouter le sucre glace et crémer l'ensemble à l'aide d'un fouet.

SUITE

- Selon les petits fours à réaliser, incorporer progressivement les œufs tempérés, ou les œufs et le lait.
- L'appareil doit rester absolument lisse et homogène. S'il tend à se dissocier (grainer), commencer à ajouter un peu de farine.
- Ajouter la farine tamisée, et l'incorporer à l'aide d'une spatule en exoglass.

  Ne pas trop travailler l'appareil, mélanger intimement la farine de manière à ne pas la corser.
- Parfumer l'appareil avec quelques gouttes d'extrait de vanille, et ajouter la garniture s'il y a lieu (raisins macérés dans du rhum, noisettes hachées, noix de coco râpée...).

3) Corner et couvrir la calotte.

RÉALISATION DES PALETS



- Coucher des petits tas d'appareil sur les plaques légèrement beurrées, en utilisant une poche munie d'une douille unie d'1 cm de diamètre.
- Taper les plaques pour bien étaler l'appareil.



- Cuire les palets au four à 220 °C. Après cuisson, ils doivent présenter une petite couronne plus foncée sur le pourtour.
- Décoller et refroidir les palets sur plaque.
- Ils peuvent aussi être glacés (1).

(1) Glacer un petit four consiste à lui donner un aspect brillant en le lustrant avec un mélange de sirop et de glucose, ou en le gommant avec de la gomme arabique fondue au bain-marie.

RÉALISATION DES CIGARETTES



- Coucher des petits tas d'appareil sur les plaques beurrées, en utilisant une poche munie d'une douille ronde unie de 7 mm de diamètre.
- Les coucher en quinconce, à raison d'une vingtaine de cigarettes par plaque (ne pas les serrer).



- Etaler l'appareil en tapant fortement la plaque sur le plan de travail ou sur une planche en bois.
- Cuire au four à 210/220 °C.



- Les cigarettes doivent être blondes, et présenter une couronne plus foncée sur le pourtour.
- Les décoller à l'aide d'un triangle, puis les rouler immédiatement à l'entrée du four sur une petite tige en acier inoxydable.

RÉALISATION DES LANGUES DE CHAT



• Coucher des petits bâtonnets de 5 à 6 cm de longueur, en utilisant une poche munie d'une douille ronde unie de 6 mm de diamètre.
• Ne pas taper les plaques.



• Cuire les langues de chat au four à 210/220 °C. Après cuisson, elles doivent présenter une petite auréole plus foncée sur le pourtour.
• Les décoller à l'aide d'un triangle et les laisser refroidir sur la plaque.

L'APPAREIL À «TULIPES»

DENRÉES pour 16 TULIPES environ				
	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- farine type 55	**kg**	**0,150**		
- sucre semoule ou sucre glace	**kg**	**0,250**		
- sel fin		**PM**		
- lait	**L**	**0,10**		
- blancs d'œufs	**pièce**	**3**		
- vanille		**PM**		
- beurre	**kg**	**0,075**		
- beurre pour les plaques	**kg**	**0,040**		

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

• Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2) Réaliser l'appareil

• Réunir dans une calotte la farine tamisée, le sucre et le sel.
• Sans corser l'appareil, incorporer progressivement le lait, les blancs d'œufs et la vanille.
• Mélanger sans excès à l'aide d'une spatule en exoglass ou d'un petit fouet.
• Ajouter le beurre fondu et refroidi au moment de l'utilisation.



• Disposer à la cuillère l'appareil sur la plaque soigneusement beurrée.
• L'étaler avec le dos de la cuillère, de manière à obtenir une couronne d'environ 14 à 15 cm de diamètre.



• Cuire la tulipe au four à 210/220 °C. En fin de cuisson, elle doit présenter une couleur sensiblement uniforme, et une couronne légèrement plus foncée sur les bords.
• Aussitôt, lui donner la forme d'une tulipe, en la plaçant dans une petite coupelle ou dans un petit moule à brioche.

REMARQUE

La présentation des tulipes peut être améliorée en prélevant un peu d'appareil et en le parfumant au cacao.

Précuire les tulipes durant quelques minutes pour qu'elles s'étalent entièrement, puis les sortir du four. Les décorer à l'aide d'un cornet garni avec l'appareil chocolaté, puis les remettre au four et terminer leur cuisson.

Cette technique peut aussi être employée pour les cigarettes.

LES PETITS FOURS AUX AMANDES RÉALISÉS À LA POCHE

DENRÉES pour 200 PETITS FOURS environ	Unités	Quantités	Prix unitaire H. T.	Prix total H. T.
Base				
- pâte d'amandes crue	kg	1,000		
- trimoline (1)	kg	0,050		
- blancs d'œufs	pièces	10		
ou				
- amandes en poudre	kg	0,500		
- sucre semoule	kg	0,500		
- trimoline	kg	0,050		
- blancs d'œufs (2)	pièce	8 à 10		
Parfum				
- rhum ou kirsch	l	0,050		
- vanille	l	PM		
Décor				
- cerises confites	kg	PM		
- angélique	kg	PM		
- amandes effilées	kg	PM		
- cerneaux de noix	kg	PM		
Glaçage				
- sirop à 1.260°D	l	0,200		
- glucose	kg	0,100		
- beurre	kg	0,040		
- farine (pour les plaques)	kg	0,040		

(1) La trimoline peut être remplacée par du miel ou de la confiture d'abricots.

(2) Selon le calibre des œufs ; la consistance doit être ferme, trop molle les petits fours s'affaissent à la cuisson.

TECHNIQUE

1) Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.
- Préparer les plaques, les beurrer et les fariner (voir page 351) ou les recouvrir d'une feuille de papier «spécial cuisson».

2) Réaliser l'appareil

- Réunir tous les ingrédients dans une calotte.
- Ajouter progressivement les blancs d'œufs, de manière à obtenir une consistance ferme pouvant être dressée à la poche.
- Bien mélanger à l'aide d'une spatule en exoglass.
- Parfumer.

3) Coucher ou dresser les petits fours

- Leur donner des formes diverses (cœurs, larmes, rosaces, etc.).
- Les décorer avec des morceaux de cerises confites, d'amandes ou de noix.

4) Laisser dessécher les petits fours

- Les laisser dessécher (croûter) à la température ambiante durant 24 heures au minimum.

5) Réaliser le sirop à 1.260°D (voir page 578)

- Lui ajouter le glucose et le laisser refroidir.

6) Cuire les petits fours

- Les cuire à 230/240 °C en doublant les plaques. Seuls, les reliefs doivent être colorés, le centre doit rester moelleux.

7) Débarrasser et glacer (3) les petits fours

- Les glacer immédiatement à la sortie du four avec le sirop refroidi.



- Coucher l'appareil à l'aide d'une poche munie d'une douille cannelée.
- Vérifier la consistance, un appareil trop mou s'affaisse et les petits fours ne présentent plus de reliefs après la cuisson.



- Décorer les petits fours avec des morceaux de cerises confites, d'angélique, d'amandes ou de noix.
- Les laisser croûter durant 24 heures avant de les enfourner.

(3) Glacer un petit four consiste à lui donner un aspect brillant en le lustrant avec un mélange de sirop et de glucose, ou en le gommant avec de la gomme arabique fondue au bain-marie.

FICHES TECHNIQUES DE FABRICATION

















AVERTISSEMENT

Suivant la qualité du travail effectué, la catégorie de l'établissement concerné et le professionnalisme de l'exécutant, plusieurs méthodes et techniques de travail sont parfois en usage dans la profession.

Les méthodes et les techniques de travail proposées dans cet ouvrage s'adressent plus spécialement à des jeunes apprentis ou élèves non expérimentés. De ce fait, l'ouvrage essaie de concilier les cinq aspects fondamentaux suivants :

- **la simplicité de la méthode ou de la technique,**
- **la qualité du résultat,**
- **la rapidité et l'efficacité de l'exécution,**
- **le respect intransigeant des règles d'hygiène et de sécurité,**
- **et enfin, le respect scrupuleux du classicisme et des usages professionnels.**

Il est évident que la méthode ou la technique retenue n'exclut pas les nombreuses autres méthodes ou techniques en usage dans la profession !

HYGIÈNE ET SÉCURITÉ DES ALIMENTS CONSEILS D'APPLICATION, MESURES PRÉVENTIVES

GÉNÉRALITÉS

Dans la restauration, la prise en compte de l'hygiène et de la sécurité alimentaire constitue une exigence de tous les instants. La moindre défaillance peut avoir des incidences graves sur la santé des consommateurs, la confiance accordée par les clients et remettre en cause la réputation, voire la pérennité du restaurant.
Outre leur qualité nutritionnelle et organoleptique, les aliments doivent présenter une qualité sanitaire irréprochable.
L'hygiène des aliments exige un ensemble de conditions et mesures nécessaires pour assurer la sécurité et la salubrité des aliments à toutes les étapes de la chaîne alimentaire.
La sécurité des aliments correspond à l'assurance que les aliments ne causeront pas de dommage aux consommateurs (lorsqu'ils sont préparés et consommés conformément à l'usage auquel ils sont destinés) (AFNOR).

Ces dommages peuvent être de trois ordres :
- **Microbiologiques :** présence de microbes pathogènes (salmonelles Clostridium perfringens, ...).
- **Physique :** présence accidentelle de corps étrangers (morceaux de verre, pièces métalliques, pansements, ...).
- **Chimique :** présence de résidus phytosanitaires utilisés en élevage et en agriculture intensive (engrais, pesticides, insecticides, raticides, traces d'antibiotiques, de produits de nettoyage et de désinfection, ...).

Les restaurateurs doivent donc procéder à des autocontrôles réguliers pour vérifier l'hygiène des aliments et le respect des critères microbiologiques réglementaires de leurs préparations.

LES DANGERS DE NATURE MICROBIENNE

Pour limiter les dangers il convient de respecter les trois grands principes suivants :

• Réduire la contamination des produits entrant dans l'entreprise.

Sélectionner :
- des fournisseurs référencés, des ateliers agréés *(travailler sous A.Q.F. - Assurance Qualité Fournisseur),*
- des produits sains, sûrs et tracés.

Contrôler rigoureusement :
- les produits à la réception (qualité, température, D.L.C.*, D.L.U.O.*, étiquettes de salubrité, n° de lot, ...),
- l'intégrité des conditionnements,
- la propreté du véhicule de livraison, du quai de déchargement et du matériel utilisé.

Evacuer immédiatement :
- les cageots, cartons et emballages primaires.

Ranger dans l'ordre :
- les produits surgelés, les produits fragiles réfrigérés (poissons, viandes, volailles), les produits frais conditionnés,
- puis, en dernier, les produits d'économat et les boissons. Les ranger méthodiquement en les séparant physiquement.

Compléter les documents :
- fiche de réception, d'acceptation ou de refus de la marchandise.

• Limiter l'apport de nouveaux germes (recontamination)

Respecter :
- le principe de la marche en avant (contamination croisée),
- les procédures de déconditionnement, de déboîtage et de «désousvidage».

Protéger :
- toutes les denrées préparées, entamées, parées, décongelées avec un couvercle ou un film alimentaire, puis étiqueter.

Vérifier :
- l'hygiène corporelle et vestimentaire du personnel, son état de santé et les pratiques à risque (goûter avec les doigts, éternuer sur les aliments, essuyer le plan de travail et les mains avec un torchon, ...),
- l'entretien et la maintenance des équipements.

Lutter efficacement :
- contre les insectes, les rongeurs et l'entrée intempestive de personnes en tenue civile dans les locaux de préparation.

• Limiter la multiplication des germes présents (prolifération microbienne), la survie des micro-organismes et la persistance des toxines.

Respecter :
- les durées et les températures réglementaires de stockage,
- le couple temps/température de cuisson,
- le couple durée et température de refroidissement,
- la durée de remise en température et le maintien des PCEA au chaud *(Plats Cuisinés Elaborés à l'Avance).*

Eviter impérativement :
- la rupture de la chaîne du froid,
- de laisser à la température ambiante de la cuisine les préparations et les produits fragiles.

Respecter :
- les procédures de décongélation des produits,
- les conditions de traitement des invendus.

** D.L.C. : Date Limite de Consommation*
D.L.U.O. : Date Limite d'Utilisation Optimale.

LA MÉTHODE DES «5 M» + 1

La sécurité des aliments peut être remise en cause :

• par les apports en micro-organismes :
C'EST LA CONTAMINATION MICROBIENNE.

• par la prolifération des germes :
C'EST LA MULTIPLICATION DES MICRO-ORGANISMES.

Pour identifier, analyser, hiérarchiser les causes et les effets des dangers (points à risque) dans un diagramme de fabrication, il est conseillé d'utiliser la méthode des **«5 M» + 1** :

• **M**ain-d'œuvre
(**Contamination**) par le personnel, manipulations, erreurs techniques, négligences, non-respect des règles d'hygiène, ...

• **M**éthode
(**Contamination**, **prolifération**) mauvaise organisation du travail, techniques de cuisson et de refroidissement mal maîtrisées, non-respect des températures, ...

• **M**atière d'œuvre ou matière première
(**Contamination primaire** et **inter-contamination**) apport de nouveaux germes, contamination croisée entre les produits propres et les produits souillés, ...

• **M**atériel
(**Contamination**) défaut d'entretien, maintenance défectueuse, ...

• **M**ilieu
(**Contamination aéroportée** ou **prolifération**) éléments ambiants (chaleur, humidité) : ventilation insuffisante, présence de courants d'air, de vapeurs, de buées, de poussière, d'insectes, ...

• **M**anagement
La réussite de la qualité des prestations d'un restaurant est l'affaire de toute l'équipe (direction, personnel de cuisine, de restaurant, de gestion, d'entretien et de maintenance).



AVERTISSEMENT

Les recommandations proposées reposent sur les principes d'une démarche du type H.A.C.C.P. (Hazard Analysis Critical Control Point). Elle se propose d'identifier les produits et les phases de travail (fiches techniques de fabrication), d'identifier, d'analyser et de hiérarchiser les dangers, et de proposer des recommandations, des mesures préventives et des éléments simples de surveillance permettant de définir les moyens de maîtrises et de contrôle afin d'obtenir des résultats acceptables.

Les fiches proposées ont été choisies parmi les techniques de base et les préparations du référentiel les plus représentatives de part leur composition fragile et leur niveau d'élaboration et de cuisson.

La Première partie est commune à toutes les préparations (arrivée des marchandises, contrôle, désemballage primaire, stockage). Les fiches spécifiques se trouvent en fin de chapitre.

REMARQUE

Les actions correctives à mettre en œuvre, la vérification de l'efficacité du système (outils de contrôle, méthode de surveillance, analyse microbiologique) et l'enregistrement de la documentation ne sont pas traitées. Ces principes fondamentaux du système H.A.C.C.P. sont abordés dans le cadre de la coanimation en technologie et en sciences appliquées.



PRÉCAUTIONS À OBSERVER LORS DE L'ARRIVÉE DU PERSONNEL EN CUISINE ET L'INSTALLATION DU POSTE DE TRAVAIL

Diagramme de fabrication	Dangers	Précautions à observer pour limiter les dangers ou mesures préventives d'éviction
Arrivée du personnel dans les ateliers	**Contamination** La tenue professionnelle, le torchon, les mains, les cheveux, la peau, la toux et le souffle sont des vecteurs importants de contamination.	• Travailler en tenue professionnelle complète et propre à chaque séance de travaux pratiques. • Limiter l'usage du torchon uniquement à la préhension des récipients et des plats chauds, le changer aussi souvent que nécessaire. • Se laver et se désinfecter les mains aussi souvent que nécessaire (voir fiche de procédure spécifique à l'établissement). • Ne pas goûter les préparations avec les doigts, utiliser une cuillère propre. • Avoir les ongles courts, brossés, sans vernis. Ne pas porter de bagues, de bracelets, de montre et éviter les parfums. • Utiliser un masque bucco-nasal en cas de toux ou autre infection rhino-pharyngée. • Protéger impérativement les plaies et les blessures d'un pansement et selon le cas d'un doigtier. • Ne pas se gratter les cheveux, le visage au-dessus des denrées. Ne pas tousser ni éternuer sur les aliments et ne pas fumer en cuisine.
Installer un poste de travail	**Contamination** **Multiplication** Le poste de travail, le matériel mal entretenu, mal désinfecté et mal rincé peuvent devenir des sources de contamination et de développement des micro-organismes.	• Ranger, laver, désinfecter et rincer les postes de travail avant et après les séances de travaux pratiques et plus spécialement après chaque opération réputée salissante (épluchage des légumes terreux, éviscération des volailles et des poissons). • Respecter le plan de nettoyage et utiliser obligatoirement les fiches de procédure. • Traiter les produits en respectant une progression logique et cohérente. • Maintenir les denrées réfrigérées fragiles à une température comprise entre 0 et + 4 °C, les produits surgelés à – 18 °C. • Eliminer rapidement tous les déchets et les emballages souillés. • Protéger les denrées et les préparations susceptibles d'être exposées aux poussières. • Interdire l'accès des cuisines aux personnes étrangères au service en tenue civile.



PRÉCAUTIONS À OBSERVER LORS DE LA RÉCEPTION DES MARCHANDISES

Diagramme de fabrication	Dangers	Précautions à observer pour limiter les dangers ou mesures préventives d'éviction
Réception des denrées	**Contamination** Les produits peuvent être contaminés par de mauvaises conditions de transport (mauvais état de propreté du véhicule, du matériel de transport, …). Les produits peuvent ne pas être conformes aux exigences sanitaires réglementaires (mauvaises conditions d'élevage pour les viandes et les poissons, eaux contaminées pour les coquillages et le cresson). Mauvaises pratiques de fabrication, températures de cuisson ou de stérilisation insuffisantes, mauvais conditionnement (produits appertisés, sous-vide). Mauvaises pratiques lors de la réception des produits (produits déposés à même le sol, entassés ou empilés, contrôlés avec les mains sales). **Multiplication** La rupture de la chaîne du froid lors du transport, du déchargement, l'attente durant les diverses opérations de contrôle entraînent la multiplication des germes.	• Référencer des fournisseurs agréés et audités. • Rédiger un cahier des charges précis (mode de conditionnement, horaires de livraison, …). • Etablir des fiches produits (voir exemple en fin d'ouvrage). • Utiliser des fiches de contrôle à la réception, remplir les fiches de non-conformité. • Contrôler les conditions de livraison (propreté du camion, températures pour les produits réfrigérés et surgelés). • Gérer les arrivages dans le temps. Déterminer et faire respecter les horaires de livraison. • Maintenir la zone de réception parfaitement rangée et nettoyée (fiche de procédure). • Effectuer tous les contrôles d'acceptabilité d'usage : - comparer les bons de livraison ou factures avec les bons de commande, - contrôler la qualité organoleptique des produits (aspect, couleur, odeur, …), - contrôler les quantités (compter, peser, …), - contrôler les marques de salubrité, les estampilles sanitaires, la provenance et l'origine des produits (traçabilité*), - contrôler les températures réglementaires, les DLC et les DLUO. • Si nécessaire instruire la procédure de non-conformité, l'indiquer sur le bon de livraison, remplir une fiche réclamation fournisseur (acceptation sous conditions, retour fournisseur, destruction du produit, …). • Eviter les durées d'attente trop longues avant le stockage (risque de remontée en température et de rupture de la chaîne du froid, 20 min maximum). • Se laver et se désinfecter les mains après toutes les opérations de contrôle. 

*** Traçabilité :** *Aptitude grâce au moyen d'une identification enregistrée, de retrouver l'historique, l'utilisation ou la localisation de tout produit, matière première ou procédure. Le Document d'Accompagnement Bovin (D.A.B.) constitue un élément de la traçabilité de la viande de boucherie.*



PRÉCAUTIONS À OBSERVER LORS DU DÉCONDITIONNEMENT ET DU STOCKAGE DES MATIÈRES PREMIÈRES

Diagramme de fabrication	Dangers	Précautions à observer pour limiter les dangers ou mesures préventives d'éviction
Déconditionnement (emballages primaires) et stockage	**Contamination** Les produits peuvent être contaminés par le matériel mal entretenu (chambres froides, clayettes, petit matériel à débarrasser, ...) et par les diverses manipulations (mains sales). **Multiplication** Non-respect des températures de stockage (températures trop élevées). La rupture de la chaîne du froid entraîne la prolifération microbienne.	• Nettoyer et désinfecter périodiquement les enceintes de stockage et le matériel. • S'assurer régulièrement du bon fonctionnement des enceintes réfrigérées et des conservateurs (dégivrage, degré hygrométrique, températures, ...). Reporter les températures sur les fiches de contrôle. • Déconditionner les produits (gros emballages extérieurs). • Les transvaser dans des récipients propres (Banks par exemple) avec couvercles. • Identifier les produits (photocopie des étiquettes ou nature des produits, date et heure de réception). • Evacuer immédiatement les cartons et les cageots vers le local à déchets. • Respecter la chaîne du froid. • Stocker les produits séparément aux températures réglementaires : - 0 °C (glace fondante) pour les poissons, - ≤ + 4 °C pour la viande, les produits sous-vide et de 4ème gamme, - ≤ + 8 °C pour les fruits, les légumes et les œufs en coquilles (sauf fruits exotiques et tubercules), - ≥ - 18 °C pour les produits surgelés. • Ranger les produits stables (économat) après les produits surgelés et réfrigérés. • Dans le cas de l'utilisation d'une seule chambre froide, séparer physiquement les produits, les couvrir et les identifier. La température la plus basse doit être retenue pour tous les produits, soit ≤ + 3/+ 4 °C. • Identifier les produits à utiliser en premier, contrôler les D.L.C. et les D.L.U.O. • Protéger (filmer) et identifier les produits déconditionnés entamés ou décongelés. Les utiliser en premier. • Vérifier la conformité des rangements : - absence de produits à même le sol, - produits lourds ou sablonneux dans la partie basse, - produits terreux à l'écart des produits fragiles (viandes, volailles, préparations invendues), - ne pas placer de produits liquides susceptibles de se renverser en hauteur, - bien séparer physiquement les produits.





• Ne jamais congeler soi-même les denrées (sauf si agrément des services vétérinaires), excepté s'il y a lieu, les plats témoins.



PRÉCAUTIONS À OBSERVER LORS DE LA SORTIE OU DE LA DISTRIBUTION DES MATIÈRES PREMIÈRES

Diagramme de fabrication	Dangers	Précautions à observer pour limiter les dangers ou mesures préventives d'éviction
Sortie ou distribution des matières premières ou déstockage	**Contamination** Les produits déconditionnés peuvent faire l'objet d'une contamination par le matériel utilisé, les plans de travail, les planches à découper et les couteaux, mais aussi par les mains du manipulateur. **Multiplication** La rupture de la chaîne du froid, le maintien des produits à la température de la salle de préparation ou de la cuisine entraînent une multiplication microbienne.	*A ce niveau, il est fréquent de stocker tous les produits dans une seule enceinte réfrigérée à une température égale ou inférieure à + 3/+ 4 °C.* • Contrôler à nouveau l'aspect, la qualité, les D.L.C., les D.L.U.O. et la quantité des produits reçus. • Stocker immédiatement les denrées périssables et fragiles en enceinte réfrigérée. • Replacer les produits surgelés ne demandant aucune décongélation préalable dans un conservateur à – 18 °C. • Ranger les denrées stables (épicerie) après les denrées surgelées et réfrigérées. • Protéger les produits fragiles (les filmer ou les couvrir). • Bien séparer physiquement les produits. • Ne jamais introduire d'emballages ou de produits souillés à l'intérieur de l'enceinte réfrigérée. • Eplucher, laver, décontaminer si nécessaire les fruits et les légumes avant de les réserver en enceinte réfrigérée. • Stocker dans un récipient étanche et couvert le gibier non dépouillé, les poissons et les volailles non éviscérés. • Placer les produits finis ou semi-finis filmés en hauteur. • Limiter l'ouverture intempestive de la ou des portes des enceintes réfrigérées. • Contrôler régulièrement la température et la reporter sur la fiche de contrôle.  • Ne sortir des enceintes réfrigérées que les quantités juste nécessaires au travail. • Remettre rapidement au froid les quantités sorties et non utilisées.



LES CONTRÔLES À LA LIVRAISON



• Le bon de commande est comparé avec le bon de livraison ou la facture.



• La qualité et la fraîcheur sont contrôlées (examen visuel).



• Les denrées sont pesées ou comptées selon leur nature.



• La température, la D.L.C. ou la D.L.U.O., les estampilles sanitaires, le n° d'agrément, de lot, sont contrôlés.



• Les étiquettes sont prélevées, photocopiées ou archivées (traçabilité).
• La fiche de contrôle est complétée et signée.
• La marchandises conforme est acceptée.
• Le bon de livraison tamponné est envoyé au service de la comptabilité.



• Les marchandises sont déconditionnées (gros emballages primaires) puis débarrassées dans des récipients couverts, faciles à laver et à désinfecter.
• La photocopie de l'étiquette est fixée. Les récipients couverts et identifiés, sont rangés immédiatement dans les enceintes réfrigérées correspondantes.

FICHE DE CONTRÔLE DES MARCHANDISES À LA RÉCEPTION

Date de livraison : .... Heure : ....

Identification du produit

Appellation : ....

....

N° de référence : ....

Présentation commerciale :

o Réfrigéré - o Surgelé - o Appertisé - o 4G - o 5G

Provenance : ....

Pays d'origine : ....

N° de lot : ....

Estampille sanitaire : ....

Fournisseur

Nom ou raison sociale : ....

....

Adresse : ....

....

Atelier sous assurance qualité :

Normes : o ISO 9000 - o ISO 9001

N° d'agrément : ....

Nom du livreur : ....

Sté de transport éventuelle : ....

Conditionnement

Intégrité :	C	NC
Conformité de l'étiquetage :	C	NC

Transport / Livraison

Propreté du véhicule :	C	NC
Température de l'enceinte :	C	NC
Livreur (propreté vestimentaire) :	C	NC

Comparaison du bon de commande avec le bon de livraison ou la facture :	C	NC

Examen organoleptique

Aspect caractéristique :	C	NC
Odeur caractéristique :	C	NC
Couleur caractéristique :	C	NC
Qualité caractéristique :	C	NC

Produit étiquetage

Schéma total de traçabilté :	OUI	NON
Signe de Qualité :	OUI	NON

o A.O.C. - o Label Rouge - o A.B.

Catégorie : .... o I - o II - o III

Classe : .... o A - o B

Date de fabrication : ....

D.L.C. : ....

Durée de vie résiduelle : ....

D.L.U.O. : ....

Température à cœur : ....

Poids net à l'emballage : ....

Nombre de pièces : ....

Tous les points de contrôle sont satisfaisants :

Conforme

MARCHANDISE ACCEPTÉE

Existence d'une non-conformité sur les quantités, les poids, les horaires de livraison, ... :

Non-Conformité Mineure

MARCHANDISE ACCEPTÉE SOUS CONDITIONS
TRAITER L'ANOMALIE AVEC LE FOURNISSEUR
(renseigner la fiche de réclamation)

Les critères d'acceptabilité concernant la qualité ne sont pas respectés :

Non-Conformité Majeure

MARCHANDISE REFUSÉE
ISOLER OU BLOQUER LA MARCHANDISE
TRAITER L'ANOMALIE AVEC LE FOURNISSEUR
(renseigner la fiche de réclamation)

Contrôlé par : ....

Signature :

C = CONFORME • NC = NON-CONFORME

FICHE PRODUIT LYCÉE PROFESSIONNEL

Dénomination de vente du produit : SAUCISSE DE TOULOUSE
Famille : Viandes / Charcuterie

N° : CH 12

Fournisseur :
Nom ou raison sociale :
Adresse :
Atelier sous assurance qualité : N° d'agrément :

Présentation

- Cru : o
- Réfrigéré : o
- Sous vide : o
- Haché grosse grille : o
- Sous boyau naturel : o
- Attaché / Séparé : o
- Unités de déconditionnement :
  o 10 U. o 20 U. o 50 U.

Description

COMPOSITION :

- Origine et provenance de la viande :
- Pur porc (gorge/poitrine) : %
- Sel nitrité : %
- Additifs autorisés par la règlementation : %
- Assaisonnement : %
- Présence d'O.G.M. : %
- Pourcentage maximum de matières grasses : %
- H.P.D. < ou = à : %
- Collagène/protides < ou = : %
- Grammage (= ou - 5 g) : 130 g

Exigences particulières

Heure de livraison :
Température de livraison :
Température maximum de conservation :
N° de lot :
Date de fabrication :
Date du conditionnement :
D.L.C. :
Durée de vie maximum après la date de conditionnement :
Durée de vie maximum après la date de livraison :

Analyse nutritionnelle pour 100 g

Protides :
Lipides :
Glucides :
Calcium :
Fer :
Kilojoules :

Traçabilité

- Analyse microbiologique fournisseur *(sur demande)* : o
- Schéma de traçabilité :
  - produit issu de l'élevage raisonné : o
- Signes officiels de la Qualité :
  o A.O.C. -o A.O.P. - o Label Rouge - o A.B.
- Mise en place de veille en matière d'alerte sanitaire : o
- Plan de rappel d'urgence en cas de non conformité : o



PRÉCAUTIONS À OBSERVER LORS DE LA RÉALISATION DES SAUCES ET DES POTAGES À BASE DE FOND BLANC ET LIÉS AUX JAUNES D'ŒUFS (VELOUTÉS)

Diagramme de fabrication	Dangers	Précautions à observer pour limiter les dangers ou mesures préventives d'éviction
• Arrivée du personnel dans la cuisine • Installer un poste de travail • Réceptionner, contrôler, peser et mesurer les denrées	**Contamination** **Multiplication** Voir observations générales p. 594/595.	• **Mettre en place des conditions de travail maîtrisées*.** • **Voir chapitres :** - La tenue professionnelle - Les fonds : réaliser un fond blanc, un roux blanc et un velouté, lier un fond blanc, réaliser une liaison secondaire aux jaunes d'œufs.
Réaliser le fond blanc (volaille, veau) ou fumet de poisson	**Contamination** Les os, les parures et les arêtes souvent considérés comme des «sous-produits» peuvent être contaminés par des méthodes ne privilégiant pas le respect élémentaire des règles d'hygiène. **Multiplication** Une cuisson mal maîtrisée, un filtrage grossier, un refroidissement insuffisant, des délais de conservation trop longs, à une température trop élevée, favorisent la prolifération microbienne.	• Utiliser des produits de qualité sains et très frais consécutifs au désossage, parage, filtage sur les lieux même de la réalisation des fonds et des fumets. • Organiser un poste de travail méthodique et débarrasser de tout ce qui est inutile à la préparation. • Cuire les fonds lentement et longuement, les écumer, les dépouiller et les dégraisser fréquemment. • Les filtrer soigneusement, car les restes de garniture aromatique (carottes, oignons) sont fermentescibles. • Refroidir rapidement et réglementairement les fonds et les fumets. • Les filmer et les réserver immédiatement en enceinte réfrigérée. • Les utiliser dans le plus bref délai (J + 3 pour les établissements agréés, plus après étude de vieillissement).
Réaliser le velouté	**Contamination** La durée de cuisson du velouté et la température atteinte permettent d'assurer dans de bonnes conditions de réalisation la salubrité de la préparation. **Multiplication** Dans le cas d'un refroidissement non réglementaire, les veloutés peuvent faire l'objet d'une prolifération microbienne.	• Cuire le velouté lentement, l'écumer et le dépouiller fréquemment. • Le faire réduire d'un tiers de son volume. • Le filtrer soigneusement dans un récipient parfaitement propre. • Filmer et refroidir rapidement et réglementairement. • Réserver en enceinte réfrigérée et utiliser rapidement.
Lier un velouté aux jaunes d'œufs et à la crème	**Contamination** S'il n'est pas porté rapidement à une température supérieure à + 63 °C, le velouté peut être contaminé par des méthodes ou des techniques ne favorisant pas le respect des règles d'hygiène. **Multiplication** Le velouté lié aux jaunes d'œufs ne peut pas être maintenu à la température de l'ébullition (risque de floculation).	• Ne lier que les quantités strictement nécessaires et réaliser la liaison à la commande. • Porter le velouté à ébullition, la maintenir durant 3 min au minimum. • Clarifier les œufs selon la méthode de la crème anglaise. • Verser un peu de velouté bouillant sur la liaison jaunes d'œufs / crème, puis verser progressivement la liaison dans le reste du velouté. • Reporter à ébullition durant quelques secondes. • Passer au chinois étamine parfaitement désinfecté. • Dresser et servir immédiatement.

Mettre en place des conditions de travail maîtrisées :
- mains lavées et désinfectées selon la procédure,
- locaux, plan de travail, matériel lavé et désinfecté selon la procédure,
- chronologie ou progression du travail rationnelle et cohérente,
- respect des températures d'entreposage, de cuisson à cœur, de maintien ou de refroidissement.



PRÉCAUTIONS À OBSERVER LORS DE LA RÉALISATION DES CRUDITÉS ET DES SALADES COMPOSÉES À BASE D'INGRÉDIENTS CRUS

Diagramme de fabrication	Dangers	Précautions à observer pour limiter les dangers ou mesures préventives d'éviction
• Arrivée du personnel dans la cuisine • Installer un poste de travail • Réceptionner, contrôler, peser et mesurer les denrées	**Contamination** **Multiplication** Voir observations générales p. 594/595.	• **Mettre en place des conditions de travail maîtrisées.** • Voir chapitres : - La tenue professionnelle - Installer un poste de travail : éplucher, laver et décontaminer les légumes - Le matériel électromécanique (entretien, sécurité).
Eplucher et laver les fruits et les légumes	**Contamination** Les fruits et les légumes souillés de terre peuvent contenir en plus des germes pathogènes des insectes et larves diverses, des traces de produits chimiques (engrais, traitements parasitaires, nitrates, métaux lourds), des traces de compost biologique à base de matières fécales et de boues de station d'épuration. Ils peuvent contaminer les mains de l'opérateur, le plan de travail et le matériel utilisé.	• Séparer l'épluchage des légumes dans l'espace et dans le temps (s'éloigner des autres secteurs de production et commencer par les légumes les moins sales). • Les légumes particulièrement terreux peuvent être prélavés avant épluchage. • Opérer de manière rationnelle et progressive. • Evacuer les conditionnements et les épluchures immédiatement. • Laver les légumes efficacement (prélavage, trempage court et brassage pour éliminer le plus gros des souillures). Les tomates, concombres et radis sont en général équeutés après lavage.
Désinfecter ou décontaminer, puis rincer		• Laver et désinfecter les légumes dans de l'eau javellisée à raison de 30 ml pour 5 l d'eau. • Laisser agir 5 min et rincer deux fois à l'eau très froide (potable uniquement). • Ne pas utiliser l'eau de Javel pour le lavage des champignons et des fruits rouges, utiliser du jus de citron. • Du vinaigre blanc peut être utilisé pour déloger les petites limaces dans les salades.
Egoutter et réserver	**Recontamination** Les fruits et les légumes peuvent être contaminés aux cours de diverses manipulations (mains et matériels sales).	• Egoutter soigneusement (sauf les pommes de terre qui sont réservées dans de l'eau claire et très froide). • Mettre en bacs alimentaires. • Couvrir ou filmer. • Nettoyer et désinfecter le local, le poste de travail et le matériel.
Stocker ou utiliser immédiatement	**Multiplication** Les fruits et certains légumes fragiles laissés à température ambiante de la cuisine peuvent faire l'objet d'une prolifération microbienne.	• Réserver en enceinte réfrigérée entre 0 et + 4 °C maximum (sauf les fruits exotiques).
Râper, émincer, tailler, etc., les légumes	**Contamination** **Multiplication** Les fruits et les légumes peuvent être contaminés par du matériel (planche, râpe, couteaux insuffisamment désinfectés) et faire l'objet d'une prolifération microbienne s'ils sont laissés trop longtemps à la température ambiante de la cuisine.	• Laver et désinfecter le poste de travail, les planches, les couteaux et plus particulièrement les grilles, couteaux et râpes des appareils électromécaniques. • Réserver immédiatement les produits taillés à couvert en enceinte réfrigérée (pour éviter de consommer des crudités trop froides, il est toléré de les sortir des meubles réfrigérés 1 heure au maximum avant le service). Toutefois la température à cœur ne devra pas dépasser + 10 °C. Ce temps sera réduit selon la fragilité du produit et de la nature de l'assaisonnement (sauce mayonnaise).



PRÉCAUTIONS À OBSERVER LORS DE LA RÉALISATION DES SAUCES ÉMULSIONNÉES (MAYONNAISE, HOLLANDAISE, BÉARNAISE ET SAUCES DÉRIVÉES)

Diagramme de fabrication	Dangers	Précautions à observer pour limiter les dangers ou mesures préventives d'éviction
• Arrivée du personnel dans la cuisine • Installer un poste de travail • Réceptionner, contrôler, peser et mesurer les denrées	**Contamination** **Multiplication** Voir observations générales p. 594/595.	• **Mettre en place des conditions de travail maîtrisées.** • Voir chapitres : - La tenue professionnelle - Installer un poste de travail - Les œufs, la sauce mayonnaise, hollandaise, béarnaise.
Clarifier les œufs (s'ils sont utilisés frais)	**Contamination** Les œufs porteurs de salmonelles peuvent contaminer l'environnement immédiat (mains du cuisinier, matériel, plan de travail, intérieur de l'œuf).	• Se laver les mains avant et après les opérations de cassage. • Utiliser du matériel parfaitement propre. • Vérifier la date de conditionnement des œufs (utiliser de préférence des œufs extra-frais pour les préparations fragiles, peu cuites). • Vérifier l'intégrité des œufs, refuser les œufs sales et fêlés. • Casser les œufs à plat sur le plan de travail et non sur le rebord de la calotte. • Utiliser un ramequin pour les clarifier (ne jamais les clarifier dans la main, ni corner la coquille avec les doigts).
Contrôler et peser les jaunes d'œufs conditionnés sous-vide	**Prolifération** La rupture de la chaîne du froid, le non-respect des D.L.C. et D.L.U.O., un environnement trop chaud et humide peu entraîner la prolifération des microbes, en particulier celle des salmonelles.	• Contrôler la D.L.C. des ovoproduits réfrigérés et la D.L.U.O. des surgelés. • Contrôler la température de stockage qu'exige leur procédé de conservation. • Contrôler l'intégrité des conditionnements.
• Monter la mayonnaise • Réaliser le sabayon	**Contamination** **Multiplication** Le milieu nutritif riche des jaunes d'œufs, la température (40/45 °C) du sabayon, l'humidité (la présence d'eau) contribuent à la prolifération microbienne.	• Utiliser du matériel parfaitement nettoyé et désinfecté (branches du fouet, corne, maryse, …). • Réaliser la sauce mayonnaise juste avant le service. • Monter les sauces émulsionnées semi-coagulées dans le délai le plus rapproché du service. • Ne jamais monter les sauces sur les restes des plus anciennes. • Ajouter les ingrédients complémentaires au dernier moment (risque de fermentation). • Ne pas goutter avec les doigts.
Réserver la sauce mayonnaise	**Contamination** **Prolifération** La sauce mayonnaise non-réfrigérée servie en saucière et circulant en salle est directement exposée aux pollutions de l'environnement.	• Corner soigneusement et protéger la sauce mayonnaise par un film. • La réserver en enceinte réfrigérée à ≤ 4 °C immédiatement. • Ne pas récupérer les retours des saucières ayant circulées dans la salle. • Ne pas la réserver au-delà de 24 heures. • Monter les sauces émulsionnées semi-coagulées à la commande, couvrir le bain-marie. • Jeter les invendus après le service.
Réserver les sauces émulsionnées semi-coagulées durant le service.	**Multiplication** Les sauces à base de jaunes d'œufs réservées dans une ambiance tiède font l'objet d'une prolifération microbienne.	



PRÉCAUTIONS À OBSERVER LORS DE LA PRÉPARATION ET LA CUISSON DE PIÈCES DE VIANDES SERVIES BLEUES OU SAIGNANTES

(CONTRE-FILET RÔTI, PIÈCES DE BŒUF GRILLÉES, SAUTÉES, NOISETTES D'AGNEAU, ...).

Diagramme de fabrication	Dangers	Précautions à observer pour limiter les dangers ou mesures préventives d'éviction
• Arrivée du personnel dans la cuisine • Installer un poste de travail • Réceptionner, contrôler, peser et mesurer les denrées	**Contamination** **Multiplication** Voir observations générales p. 594/595.	• **Mettre en place des conditions de travail maîtrisées.** • **Voir chapitres :** - La tenue professionnelle - La viande de boucherie - Les cuissons : le sous-vide, rôtir, griller, sauter.
Contrôler la viande en muscle non-conditionnée	**Contamination** La viande non-protégée peut être contaminée par les mains, le matériel, le contact et la proximité d'autres denrées contaminées (contamination croisée, recontamination). **Multiplication** La viande de boucherie laissée trop longtemps à la température ambiante (rupture de la chaîne du froid durant le transport, la livraison) peut faire l'objet d'une prolifération microbienne de surface (changement de couleur, poissage).	• Préciser sur le cahier des charges et sur les fiches produits le mode de protection, la fréquence et l'heure des livraisons. • Contrôler la température et les caractères organoleptiques définis puis ranger immédiatement la viande en enceinte réfrigérée à + 4 °C maximum. • Assurer une rotation logique des stocks. • Ne parer que les quantités strictement nécessaires au service. • Effectuer si possible les préparations préliminaires (parage, désossage) et le détail de pièces dans un local réfrigéré (+ 14 °C maximum). • Protéger les pièces parées et les mettre en cuisson immédiatement après leur sortie de la chambre froide.
Viandes achetées conditionnées sous-vide et réfrigérées	**Contamination** S'il est souillé, le conditionnement peut contaminer le plan de travail et le matériel à l'ouverture, et la viande est susceptible d'être contaminée par de mauvaises procédures de désousvidage, matériel sale, mains sales. **Multiplication** Les viandes conditionnées sous-vide ne sont pas exemptes de germes. Conservées à une température trop élevée, elles peuvent faire l'objet d'une prolifération microbienne et d'une altération rapide. Le sous-vide favorise le développement de germes anaérobies dont le germe du botulisme. Les dangers sont amplifiés si les conditionnements sont stockés de manière défectueuse.	• Contrôler l'étiquetage (nature du produit, poids, provenance, estampille sanitaire, agrément, n° de lot, température, D.L.C., intégrité et aspect des conditionnements (sachets gonflés). • Manipuler les sachets avec précautions (particulièrement les plus gros) et ne pas les superposer. • Ne désousvider que les quantités juste nécessaires au service, soit 30 à 45 min avant le traitement. • Eliminer l'exsudat des sachets. • Débarrasser les pièces de viandes sur une grille posée sur un bac sans les toucher avec les mains et sans qu'elles ne touchent l'extérieur des sachets. • Recouvrir d'un film ou d'un couvercle, conserver les étiquettes. • Réserver en enceinte réfrigérée à + 4 °C maxi. • Appliquer une rotation logique des stocks. **• Ne jamais congeler des viandes conditionnées sous-vide.**

Diagramme de fabrication	Dangers	Précautions à observer pour limiter les dangers ou mesures préventives d'éviction
Marquer les pièces de viande en **cuisson** (température à cœur inférieure à + 63 °C – bleu, saignant)	**Contamination** Les pièces parées sans aucune protection peuvent être contaminées par les mains de l'opérateur, par le matériel, par la présence d'insectes (mouches) ou la proximité de produits souillés. **Multiplication** La température à cœur n'est pas suffisante pour apporter une garantie sanitaire totale.	• Sortir les pièces de viande des enceintes réfrigérées au fur et à mesure de leur mise en cuisson. • Les cuire à la commande. • Bien les **saisir** puis baisser l'intensité de la chaleur si nécessaire. • Les laisser reposer après la cuisson recouvertes d'un papier aluminium dans un endroit chaud (40 à 45 °C) dont la propreté est bien maîtrisée. • Servir immédiatement.

REMARQUE

Les excédents des viandes rouges maintenues en température durant le service sont microbiologiquement fragilisés. Leur conservation pour le service suivant (le jour même) implique un refroidissement rapide en cellule.



PRÉCAUTIONS À OBSERVER LORS DE LA RÉALISATION DE VOLAILLES SAUTÉES À BRUN ET À BLANC (CUISSES, SUPRÊMES DE VOLAILLE, MAGRETS DE CANARD SAUTÉS)

Diagramme de fabrication	Dangers	Précautions à observer pour limiter les dangers ou mesures préventives d'éviction
• Arrivée du personnel dans la cuisine • Installer un poste de travail • Réceptionner, contrôler, peser et mesurer les denrées. • Sortir ou distribuer les matières premières	**Contamination** **Multiplication** Voir observations générales p. 594/595.	• **Mettre en place des conditions de travail maîtrisées.** • **Voir chapitres :** - La tenue professionnelle - Installer un poste de travail - Les installations de cuisine : différents locaux, zones ou secteurs de travail, les différents circuits, la marche en avant - le garde-manger ou la cuisine froide - l'économat - la cuisine chaude.
Réceptionner les denrées en cuisine	**Contamination** **Multiplication** Les produits peuvent être contaminés par la proximité avec des produits terreux, par du matériel sale et par les mains de l'opérateur. La rupture de la chaîne du froid entraîne une multiplication des germes.	• **Se laver les mains avant et après toutes les opérations de contrôle.** • **Préférer les volailles éviscérées (prêtes à cuire) aux volailles effilées.** • **Contrôler la quantité (nombre de pièces, poids) et la qualité des produits (état de fraîcheur).** • **Contrôler la présence de l'estampille sanitaire et la D.L.C. des volailles.** • **Refuser les produits douteux ou les produits dont la D.L.C. est trop proche.** • **Séparer les produits physiquement, les placer dans des contenants propres et couverts.** • **Placer sans délai les produits fragiles (périssables) en enceinte réfrigérée à + 4 °C.**
Habiller les volailles (voir p. 237/240 et 250/252)	**Contamination** **Multiplication** Les volailles peuvent être contaminées par de mauvaises pratiques (matériel sale, mains sales) mais l'éviscération entraîne inévitablement la propagation de germes fécaux et de microbes pathogènes. La rupture de la chaîne du froid, la durée de l'habillage, l'attente sur le plan de travail entraînent la prolifération des germes.	• **Débarrasser entièrement le poste de travail.** • **Travailler à l'écart des autres produits, principalement les produits souillés (légumes).** • **Se laver très soigneusement les mains avant et après toutes manipulations de volaille.** • **Nettoyer et désinfecter le plan de travail, le matériel et les couteaux. Avant et après l'habillage (utiliser les fiches de procédures).** • **Sortir les volailles de la chambre froide au fur et à mesure de leur préparation.** • **Habiller les volailles selon les normes professionnelles** *(voir p. 237/240 et 250/252).* • **Ne jamais poser les viscères sur le plan de travail et les traiter impérativement en dernier.** • **Evacuer immédiatement les déchets.** • **En cas de rupture accidentelle du tube digestif, rincer l'intérieur de la volaille avec de l'eau vinaigrée et l'essuyer soigneusement avec du papier absorbant.**
Découper les volailles à cru (voir p. 246/248)	**Contamination** **Multiplication** Les morceaux de volaille peuvent être contaminés par un poste de travail, du matériel et des mains insuffisamment nettoyés. Laissés trop longtemps à la température de la cuisine les morceaux de volaille peuvent faire l'objet d'une prolifération.	• **Installer un poste de travail débarrassé et à l'écart des autres produits (légumes terreux par exemple).** • **Se laver les mains soigneusement avant et après les diverses opérations de découpage.** • **Nettoyer et désinfecter le poste de travail, la planche à découper, les couteaux et le tout petit matériel utilisé avant et après le découpage.** • **Découper les volailles selon les normes professionnelles.** • **Filmer les morceaux de volaille et les réserver sans délai en enceinte réfrigérée.** • **Marquer immédiatement un fond brun ou blanc avec les os et les abattis.**

Diagramme de fabrication	Dangers	Précautions à observer pour limiter les dangers ou mesures préventives d'éviction
Eplucher, laver et tailler les légumes - garniture aromatique - garniture d'appellation - garniture d'accompagnement	**Contamination** Les légumes terreux sont porteurs de germes telluriques et peuvent contaminer : - le matériel utilisé, - les mains du manipulateur, - le poste de travail. **Multiplication** Laissés trop longtemps à la température de la cuisine les légumes peuvent faire l'objet du développement de la flore microbienne.	• Installer un poste de travail spécifique aux épluchages. • Laver les légumes particulièrement terreux avant de les éplucher (pommes de terre). • Laver efficacement tous les légumes épluchés (ils peuvent être lavés dans une eau très légèrement javellisée à 12 Chl (une cuillère à café pour 20 l d'eau), faire suivre impérativement de deux rinçages. • Se laver les mains, laver et désinfecter le poste de travail après les épluchages. • Tailler les légumes selon les normes professionnelles et la recette.
Marquer les morceaux de volaille en cuisson «sauter» (voir p. 406 et 4101)	**Multiplication** Une cuisson insuffisante (laissant s'échapper un liquide rosé sanguinolent principalement aux articulations) n'assure pas la garantie sanitaire de la préparation.	• Sortir de la chambre froide les morceaux de volaille juste avant la cuisson. • Les marquer en cuisson dans le délai le plus rapproché du service (en tenant compte de la durée nécessaire pour la réalisation de la sauce). • Cuire les morceaux correctement «à la juste cuisson», 8 à 12 min pour les ailes, 12 à 18 min pour les cuisses désossées. • Une cuisson suffisante apporte une garantie sanitaire supplémentaire. • Débarrasser et réserver les morceaux après cuisson à une température supérieure à + 63 °C (difficile, c'est la raison pour laquelle les morceaux doivent être cuits au dernier moment). • Maintenir à ébullition le fond de sauce avant de l'utiliser.
Dresser et envoyer immédiatement	**Multiplication** Une attente trop longue et/ou à une température inférieure à + 63 °C peut conduire à une prolifération des germes présents éventuellement dans la préparation.	• Passer le morceaux dans un four à 200 °C durant une à deux minutes pour les remettre en température. • Dresser rapidement et immédiatement selon les normes classiques. • Napper uniformément avec la sauce brûlante (température supérieure à + 63 °C).
Pour une utilisation ultérieure	**Multiplication** Un stockage à une température supérieure à + 4 °C, une remise en température trop lente et un maintien en température trop long à moins de + 63 °C peut entraîner la prolifération de germes persistants.	• Dans le cas d'une cuisson à l'avance et pour une durée de conservation inférieure à 24 h en restauration sur place : - refroidir rapidement en cellule sous faible épaisseur, - séparer la viande de la sauce, - mettre en bacs couverts ou filmés, - étiqueter (nature de la préparation, jour heure et durée du refroidissement), - réserver immédiatement en enceinte réfrigérée à ≤ + 4 °C.

REMARQUE

Lors de l'habillage des volailles effilées, la rupture des intestins entraîne inévitablement la propagation de nombreux germes fécaux et microbes pathogènes (salmonelles, staphylocoques, ...). Les viscères de la cavité abdominale et thoracique ne doivent jamais être posés à même la planche à découper tant que la volaille n'est pas terminée et débarrassée en enceinte réfrigérée.



PRÉCAUTIONS À OBSERVER LORS DE LA RÉALISATION DES FRITURES (CROQUETTES, GOUJONNETTES, BEIGNETS, FRITOTS) GESTION DES BAINS D'HUILE

Diagramme de fabrication	Dangers	Précautions à observer pour limiter les dangers ou mesures préventives d'éviction
• Arrivée du personnel dans la cuisine • Installer un poste de travail • Réceptionner, contrôler, peser et mesurer les denrées	**Contamination** **Multiplication** Voir observations générales p. 594/595.	• **Mettre en place des conditions de travail maîtrisées.** • **Voir chapitres :** - La tenue professionnelle - Les cuissons : installer un poste de travail à la friture, frire, friteuses - Marinades.
Détailler les aliments à frire et les placer en marinade instantanée	**Contamination** Les aliments fragiles (poissons, abats) peuvent être contaminés par les mains de l'opérateur, le poste de travail et le matériel mal nettoyés. **Multiplication** Selon sa composition, la température de la cuisine, la durée de préparation, les aliments peuvent faire l'objet d'une prolifération microbienne.	• Utiliser du matériel parfaitement propre. • Laver et désinfecter le poste de travail, les couteaux, les planches et le matériel nécessaire. • Sortir des enceintes réfrigérées les éléments à mettre en marinade au dernier moment, ne pas les laisser en attente à la température ambiante de la cuisine (le jus de citron modifie le pH et limite les risques de prolifération). • Les filmer et les réserver immédiatement en enceinte réfrigérée.
Mettre en place et contrôler le bain de friture	Un bain de friture usagé (oxydé) procure des fritures indigestes et plus ou moins toxiques.	• Utiliser des matières grasses spécifiques supportant bien les hautes températures et les utilisations prolongées. • Contrôler la qualité du bain, les tests proposés permettent de mesurer la quantité de triglycérides oxydés (le vieillissement de l'huile et sa toxicité). • Ne pas allumer la friteuse trop longtemps à l'avance. • Vérifier le niveau de l'huile, le compléter si nécessaire avec de l'huile de même origine (risque de formation de mousse et de débordement). • Régler la température du bain d'huile en fonction de l'aliment à cuire, ne pas dépasser 180 °C.
Frire	**Multiplication** Les aliments à frire sortis en début de service et laissés à la température ambiante du poste de cuisson peuvent faire l'objet d'une prolifération microbienne, les qualités organoleptiques sont altérées (goût, odeur, saveur). La brusque plongée des aliments dans un bain de friture à 180 °C détruit la flore microbienne de surface.	• Sortir les aliments à frire des enceintes réfrigérées au fur et à mesure des commandes. • Les éponger soigneusement (risque de projections d'huile et de brûlures). Formation de vapeur se déposant sur les murs, les plans de travail et le matériel. • Contrôler la juste cuisson au cœur de l'aliment. • Frire uniquement à la commande, égoutter soigneusement, assaisonner, dresser et servir immédiatement.
Effectuer les opérations de fin de service		• Eteindre la friteuse et laisser le bain d'huile refroidir partiellement. • Filtrer le bain d'huile. • Nettoyer la friteuse selon la fiche de procédure spécifique. • Remettre l'huile dans la friteuse et couvrir.



PRÉCAUTIONS À OBSERVER LORS DE LA RÉALISATION DES CRÈMES ET DES APPAREILS À BASE D'ŒUFS (CRÈME ANGLAISE, APPAREILS À BAVAROIS, À CRÈMES PRISES, GLACES AUX ŒUFS)

Diagramme de fabrication	Dangers	Précautions à observer pour limiter les dangers ou mesures préventives d'éviction
• Arrivée du personnel dans la cuisine • Installer un poste de travail • Réceptionner, contrôler, peser et mesurer les denrées	**Contamination** **Multiplication** Voir observations générales p. 594/595.	• **Mettre en place des conditions de travail maîtrisées.** • **Voir chapitres :** - La tenue professionnelle - Installation du poste de travail - Les installations de cuisine : différents circuits, la marche en avant - Le garde-manger, l'économat et la cuisine chaude - Les œufs - La crème anglaise, la crème pâtissière.
Mettre le lait à bouillir avec la gousse de vanille	**Contamination** Le lait peut être contaminé par du matériel insuffisamment nettoyé, par de la vanille mal conservée (moisie).	• **Utiliser du matériel parfaitement propre (en acier inoxydable de préférence).** • **Utiliser du lait U.H.T. dont le délai d'utilisation D.L.C. est important.**
Blanchir les jaunes d'œufs avec le sucre	**Contamination** Les jaunes d'œufs peuvent être contaminés par les diverses opérations de cassage et de clarification, par du matériel mal nettoyé et par l'opérateur (mauvaises conditions d'hygiène corporelles, vestimentaires et techniques).	• **Se laver les mains avant et après le cassage des œufs.** • **Utiliser du matériel parfaitement propre.** • **Vérifier le conditionnement des œufs (traces d'humidité, de coulures d'œufs).** • **Vérifier l'intégrité des œufs, refuser les œufs fêlés ou sales.** • **Vérifier la date de conditionnement des œufs (utiliser de préférence des œufs extra-frais pour les préparations peu cuites, les œufs frais pour les préparations subissant une ébullition ou une deuxième cuisson).** • **Casser les œufs à plat sur le plan de travail et non sur le rebord de la calotte.** • **Utiliser un ramequin pour les clarifier (ne jamais les clarifier dans la main, ni corner la coquille avec le doigt).** • **Casser les œufs juste avant leur utilisation.**
• Mélanger l'appareil • Le cuire et le «pasteuriser»	**Multiplication** L'appareil peut faire l'objet d'une prolifération microbienne si la pasteurisation est inefficace par un non-respect de la durée et de la température atteinte.	• **Monter l'appareil lentement en température en vannant sans discontinuer.** • **Le cuire «à la nappe».** • **Maintenir la crème anglaise à + 83 °C durant 1 min au minimum ou atteindre une température à cœur de + 85 °C.** • **Laisser bouillir la crème pâtissière durant 1 min au minimum.**
Refroidir rapidement et utiliser immédiatement dans des conditions de travail maîtrisées	**Recontamination** possible durant le refroidissement. **Multiplication** par un refroidissement trop lent ou insuffisant.	• **Stériliser le chinois dans de l'eau en ébullition durant une dizaine de minutes.** • **Passer la crème anglaise au chinois dans une calotte propre et non celle du blanchiment qui contient des restes de crème crue.** • **Refroidir sur de la glace pilée en vannant régulièrement.** • **Débarrasser les crèmes onctueuses (pâtissière) sous faible épaisseur.** • **Les beurrer en surface, les filmer, les étiqueter et les réserver 24 h au maximum en enceinte réfrigérée (ne pas les saupoudrer de sucre glace, celui-ci est fermentescible).**



PRÉCAUTIONS À OBSERVER LORS DE LA RÉALISATION DES GLACES AUX ŒUFS

Diagramme de fabrication	Dangers	Précautions à observer pour limiter les dangers ou mesures préventives d'éviction
• Arrivée du personnel dans la cuisine • Installer un poste de travail • Réceptionner, contrôler, peser et mesurer les denrées	**Contamination** **Multiplication** Voir observations générales p. 594/595.	• **Mettre en place des conditions de travail maîtrisées.** • **Voir chapitres :** - La tenue professionnelle - Installation du poste de travail - Les installations de cuisine : différents circuits, la marche en avant - Le garde-manger, l'économat et la cuisine chaude - Les œufs - La crème anglaise, la crème pâtissière.
Réaliser la crème anglaise	**Contamination** **Multiplication** Voir page précédente.	• **La réaliser selon les conditions de travail maîtrisées, c'est-à-dire en respectant les points cités dans le chapitre :** - Hygiène du personnel, de locaux, du plan de travail, du matériel et du process.
Maturer la crème	**Contamination** La crème peut être contaminée si elle n'est pas suffisamment protégée (film ou couvercle) ou goûtée sans précautions (avec les doigts) **Multiplication** La crème anglaise représente un milieu très riche et propice au développement des microbes si les températures de maturation ne sont pas respectées.	• **Couvrir hermétiquement le récipient.** • **Ne pas excéder la durée et respecter les températures de maturation (24 h maximum à + 6 °C).** ***(Voir Guide de bonnes pratiques d'hygiène en pâtisserie).***
Turbiner la glace	**Contamination** La glace peut être contaminée par le matériel et la sorbetière mal lavés et mal désinfectés.	• **Nettoyer et désinfecter la turbine à glace et le matériel avant et après chaque utilisation.**
Stocker la glace dans un conservateur à – 18 °C	Une remontée en température est préjudiciable aux qualités organoleptiques de la glace.	• **Corner et couvrir hermétiquement les bacs à glace pour éviter que des paillettes de givre ne tombent dans les bacs.** • **Vérifier quotidiennement la température du conservateur.** • **Etiqueter les conditionnements afin d'assurer une bonne rotation de la glace.**
Servir la glace	**Contamination** La glace peut être contaminée par le matériel (coupes, cuillères à glace) mal nettoyé, mal désinfecté et par les diverses manipulations (mains sales, éternuement, postillons).	• **Laver et désinfecter les instruments destinés à l'extraction et au service de la glace.** • **Changer l'eau de trempage du matériel toutes les heures ou dès qu'elle se trouble.** • **Corner méticuleusement les bacs après distribution, les couvrir et les replacer dans le conservateur.** • **Proscrire la fâcheuse habitude qui consiste à faire fondre la glace avant chaque service et à la returbiner à la commande.**

LES POTAGES



Bref rappel de technologie

Les potages sont traditionnellement classés en deux catégories :

- ***les potages clairs*** *(sans liaison) du type consommé. Ils ont principalement pour base une marmite de bœuf (bouillon de pot-au-feu), de volaille, mais aussi un fumet de poisson ou de gibier,*
- ***les potages liés****. Leur consistance a été modifiée par l'apport d'un élément de liaison (roux, purée de pommes de terre, de légumes secs, jaunes d'œufs...).*

Mis à part quelques potages froids (gaspacho, crème vichyssoise), les potages se servent brûlants dans des tasses ou des soupières préalablement chauffées.



Techniques mises en œuvre

- **Eplucher et laver des légumes**
- **Préparer une garniture aromatique pour une marmite**
- **Réaliser un bouquet garni**
- **Clouter et caraméliser des oignons**
- **Réaliser une marmite**
- **Réaliser un fond blanc de volaille**
- **Réaliser un fumet de poisson**
- **Clarifier une marmite ou un fumet**
- **Tailler des légumes en brunoise**
- **Tailler des légumes en julienne**
- **Cuire des légumes à l'anglaise**
- **Etuver des légumes**



Consommé Royale



Consommé brunoise



Consommé de volaille madrilène aux paillettes



CONSOMMÉ DE BŒUF BRUNOISE

Le consommé est le «potage» de base des potages clairs.
Il est obtenu à partir d'une marmite de bœuf clarifiée ; il est garni de carottes, de navets, de haricots verts taillés en brunoise et de petits pois. Selon son appellation, il peut être garni de légumes tournés, levés à la cuillère à oxtail ou taillés en julienne. Il peut être aromatisé au madère, au xérès ou au marsala.
L'appellation «petite marmite» correspond à un bouillon de pot-au-feu corsé, partiellement dégraissé et non clarifié comportant le plus souvent une garniture composée des éléments du pot-au-feu (petits dés de viande, carottes, navets, poireaux, choux, ...).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- gîte-gîte - jumeau - macreuse - plats de côtes	kg	2		
- os de bœuf	kg	PM		
- queue de bœuf	kg	PM		
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- poireaux	kg	0,200		
- céleri en branches	kg	0,100		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail	gousse	2		
Clarification				
- maigre de bœuf à hacher : paleron, basses côtes	kg	0,400		
- carottes	kg	0,080		
- vert de poireau	kg	0,080		
- céleri en branches	kg	0,040		
- tomates	kg	0,200		
- concentré de tomate	kg	0,020		
- cerfeuil	botte	1/4		
- œufs (blancs)	pièce	2		
Garniture brunoise				
- carottes	kg	0,160		
- navets	kg	0,160		
- haricots verts extra-fins	kg	0,080		
- petits pois extra-fins	kg	0,080		
Assaisonnement				
- sel gros		PM		
- sel fin		PM		
- poivre en grains		PM		
- clous de girofle		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 20 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : Marmite			***3 h 30 à 4 h***	
Clarification			***1 h***	
Garniture			***5 à 8 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Marquer la marmite en cuisson - 30 min
- Dégraisser, ficeler la viande, concasser les os.
- Réunir la viande et les os dans une marmite.
- Mouiller à l'eau froide.
- Saler au gros sel.
- Porter à ébullition.
- Ecumer soigneusement.
- Préparer les éléments de la garniture aromatique *(voir p. 356).*
- Eplucher et laver les légumes *(voir «Les légumes»).*
- Confectionner le bouquet garni avec les queues de persil, le thym, le laurier, les poireaux et le céleri.
- Caraméliser les oignons sur la plaque du fourneau.
- Réserver un oignon, le piquer de 2 clous de girofle.
- Adjoindre la garniture aromatique à la marmite.
- Cuire doucement et régulièrement pendant 3 h 30 à 4 h.
- Ecumer et dégraisser fréquemment pendant la cuisson.
- Passer la marmite au chinois étamine.
- Réserver la viande pour une autre utilisation.
- Refroidir rapidement la marmite.

3. Réaliser la clarification - 30 min *(voir p. 272).*
- Dégraisser parfaitement, dénerver et hacher la viande de bœuf.
- Eplucher, laver les éléments de la garniture aromatique et de la garniture brunoise.
- Emincer finement les carottes, le vert de poireau et le céleri.
- Concasser les tomates.
- Réunir dans une grande russe, la viande hachée, la garniture aromatique émincée, les tomates concassées, le concentré de tomate, les blancs d'œufs et un peu d'eau froide.
- Verser progressivement la marmite refroidie et parfaitement dégraissée sur les éléments de la clarification.
- Porter doucement à ébullition en remuant sans discontinuer.
- Réduire et laisser cuire doucement et régulièrement pendant 45 min à 1 h.
- Ajouter en fin de cuisson le cerfeuil et quelques grains de poivre concassés.
- Passer délicatement le consommé à l'étamine dans un bain-marie en acier inoxydable parfaitement propre.
- Dégraisser méticuleusement au papier absorbant.
- Vérifier la couleur et l'assaisonnement.
- Reporter à ébullition.
- Réserver au bain-marie.

4. Préparer la garniture - 15 min
- Tailler en fine brunoise les carottes, les haricots verts et les navets *(voir p. 57, 103, 109).*
- Cuire séparément les légumes à l'anglaise, rafraîchir et égoutter *(voir p. 373).*

5. Dresser le consommé - 5 min
- Chauffer la garniture dans un peu de consommé.
- Répartir équitablement la brunoise au fond des tasses préalablement chauffées.
- Verser le consommé brûlant sur la garniture.


Consommé brunoise

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 mandoline
- 1 chinois étamine
- 1 grand bain-marie en inox
- 1 petit bain-marie en inox

Matériel de cuisson :

- 1 marmite ou 1 rondeau haut
- 1 grande russe
- 4 petites russes

Matériel de dressage pour 4 couverts :

- 4 tasses ou bols à consommé
- 4 sous-tasses

CONSOMMÉS SIMILAIRES

Consommé julienne

- Consommé de bœuf garni de très fins et très réguliers filaments de carottes, de navets, de blancs de poireaux, et de céleri en branches étuvés et mouillés au consommé.
- La garniture peut être complétée par une julienne de chou, petits pois et haricots verts extra-fins, une chiffonnade d'oseille et de laitue et des pluches de cerfeuil.

Consommé aux pâtes diverses

- Ajouter juste au moment de l'envoi 10 à 15 g de pâtes à potage par personne (vermicelles, tapioca, perles du Japon,...), cuites à part dans de l'eau bouillante salée ou dans du consommé.

Consommé printanier

- Consommé de bœuf ou de volaille, garni de petites boules de rouge de carottes et de navets levées à la cuillère à oxtail, de petits pois extra-fins et de pluches de cerfeuil.

Consommé aux vins (madère, xérès, marsala,...)

- Ajouter à l'envoi 2 cl de vin par tasse.

Consommé en gelée

- Enrichir le bouillon de pot-au-feu d'éléments gélatineux (pieds de veau), parfumer au madère ou xérès. Laisser prendre en gelée en enceinte réfrigérée, servir en tasse. La texture doit être «huileuse», à peine prise et surtout pas ferme.

PETITE MARMITE BOUCHÈRE

Bouillon de pot-au-feu corsé, partiellement dégraissé, non clarifié.

- Garnir de petits légumes à pot-au-feu (carottes, navets, panais, poireaux, céleri, chou, ...) émincés ou en petits dés, ou tournés en olive selon leur nature, de petits dés de viande de maigre prélevés sur le pot-au-feu.
- Accompagner de petits toasts grillés recouverts d'une tranche de moelle pochée dans le bouillon et surmontée de quelques petits grains de fleur de sel.

CONSOMMÉ GERMINY

Consommé de bœuf ou de volaille, lié aux jaunes d'œufs et à la crème et garni d'une chiffonnade d'oseille étuvée au beurre et de pluches de cerfeuil ; il peut être légèrement beurré.

1. **Confectionner un consommé de bœuf, ou de bœuf et volaille** (voir fiche ci-contre ou suivante).

2. **Préparer la garniture du Germiny**
   - Equeuter et laver soigneusement 2 bottillons d'oseille.
   - Rouler les feuilles «en cigare» et les émincer finement en chiffonnade *(voir p. 95).*
   - Etuver lentement et à couvert la chiffonnade avec 0,020 kg de beurre.

3. **Lier le consommé**
   - Réaliser une liaison en mélangeant 8 jaunes d'œufs à 2 dl de crème.
   - Détendre la liaison en incorporant progressivement un peu de consommé brûlant, puis verser la liaison détendue sur le reste du consommé *(voir précautions particulières à la liaison aux œufs p. 309).*
   - Chauffer très lentement le consommé en le remuant doucement à l'aide d'une spatule jusqu'à la température voisine de + 92 °C. Observer les mêmes précautions que lors de la réalisation de la crème anglaise. La consistance doit être légèrement nappante. Passer le consommé lié au chinois étamine. Vérifier l'assaisonnement.

4. **Dresser le Germiny**
   - Répartir la chiffonnade d'oseille dans les tasses chaudes.
   - Verser le consommé brûlant et disposer les pluches de cerfeuil.


Consommé Germiny



CONSOMMÉ DE VOLAILLE MADRILÈNE AUX PAILLETTES

Consommé de volaille tomaté, parfumé au céleri et relevé au piment d'Espagne.
Lorsqu'il est servi chaud il est garni d'une brunoise de pulpe de tomate et de poivron, et il est accompagné de paillettes au fromage réalisées en pâte feuilletée.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- gîte-gîte - jumeau - macreuse - plats de côtes	kg	2		
- os de bœuf	kg	PM		
- abattis et carcasses de volaille	kg	PM		
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- poireaux	kg	0,200		
- céleri en branches	kg	0,100		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail	gousse	2		
Clarification				
- maigre de bœuf à hacher : paleron, basses côtes	kg	0,200		
- blanc de volaille	kg	0,200		
- carottes	kg	0,080		
- vert de poireau	kg	0,080		
- céleri en branches	kg	0,080		
- tomates	kg	0,400		
- concentré de tomate	kg	0,040		
- cerfeuil	botte	1/4		
- blancs d'œufs	pièce	2		
Garniture facultative				
- tomates (grosses)	kg	0,200		
- poivrons d'Espagne	kg	0,200		
Paillettes				
- «rognures» de feuilletage	kg	0,160		
- farine	kg	0,020		
- gruyère ou parmesan	kg	0,040		
- œuf (dorure)	pièce	1		
Assaisonnement				
- sel gros		PM		
- sel fin		PM		
- poivre en grains		PM		
- clous de girofle		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 30 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : Marmite			***3 h 30 à 4 h***	
Clarification			***1 h***	
Garniture			***4 à 5 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Marquer la marmite en cuisson - 30 min
- Voir fiche précédente N° 1 «consommé de bœuf brunoise», mais en ajoutant des abattis et des carcasses de volaille.

3. Réaliser la clarification - 30 min
- Voir fiche précédente.
- Suivre la même progression mais en augmentant la quantité de céleri et de tomates.

4. Confectionner les paillettes - 20 min
- Abaisser les rognures de feuilletage en formant un rectangle de 25 cm de longueur, 12 cm de largeur sur 3 mm d'épaisseur.
- Eliminer l'excédent de farine à l'aide d'une brosse.
- Passer de la dorure sur toute la surface.
- Saupoudrer régulièrement de gruyère tamisé ou de parmesan.
- Appliquer délicatement le fromage avec le rouleau.
- Ramener l'épaisseur à 2 mm.
- Raffermir l'abaisse quelques minutes au réfrigérateur.
- Détailler les lanières de 4 à 5 mm de largeur.
- Coucher les paillettes sur une plaque à pâtisserie humide.
- Cuire à four chaud (220 °C) pendant 4 à 5 min.
- Débarrasser les paillettes délicatement sur une grille à pâtisserie.

5. Dresser le consommé - 5 min
- Dresser les paillettes sur un plat (ou sur une grande assiette) garni d'un papier gaufré.
- Verser le consommé brûlant dans les tasses préalablement chauffées.

REMARQUE :

- *Lorsqu'il est servi chaud, le consommé madrilène peut comporter une garniture de dés de tomates mondées et de dés de poivrons mondés et étuvés dans un peu de consommé. Servi froid (en gelée), la marmite de base doit être renforcée en éléments gélatineux (1 pied de veau par exemple).*
- ***La marmite peut être ajoutée bouillante sur la clarification, mais il est nécessaire dans ce cas d'utiliser de la glace, afin d'éviter la coagulation trop rapide des blancs d'œufs et de la viande.***



Consommé de volaille madrilène aux paillettes

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine
- 1 étamine
- 1 grand bain-marie en inox
- 1 calotte
- 1 grille à pâtisserie

Matériel de cuisson :

- 1 marmite ou 1 rondeau haut
- 1 grande russe
- 1 plaque à pâtisserie

Matériel de dressage pour 4 couverts :

- 4 tasses ou bols à consommé
- 4 sous-tasses
- 1 plat rond avec papier gaufré

CONSOMMÉS SIMILAIRES

Consommé Célestine

- Consommé de volaille légèrement lié au tapioca, garni d'une fine julienne de crêpes aux fines herbes et aux truffes.

Consommé Carmen

- Consommé Célestine, garni en plus de dés de tomates et de poivrons, de riz poché et de pluches de cerfeuil.

Consommé à la reine

- Consommé de volaille légèrement lié au tapioca, garni des petits cubes de royales* à la purée de volaille et d'une fine julienne de blanc de volaille.
  *(*Royales : sortes de petites crèmes prises parfumées à la volaille, au gibier, aux herbes, à la tomate, aux épinards…, et détaillées en formes diverses après refroidissement).*

Consommé Alexandra

- Consommé de volaille légèrement lié au tapioca, garni de petites quenelles réalisées en farce mousseline de volaille, d'une julienne fine de blanc de volaille et d'une chiffonnade de laitue.

Consommé aux ailerons

- Consommé de volaille garni de riz cuit à l'eau salée et de tronçons d'ailerons désossés, farcis et pochés.

CONSOMMÉ AUX TRUFFES CENDRILLON

1. Réaliser un consommé de bœuf, ou de bœuf et de volaille

2. Cuire la garniture

- Faire cuire 0,080 kg de riz façon créole *(voir fiche n° 136, p. 902/903)*.
- Une fois cuit, le rafraîchir et l'égoutter.
- Tailler 0,20 g de truffes en fine julienne et les faire macérer avec 0,10 l de marsala.
- Préparer des pluches de cerfeuil.

3. Dresser le consommé

- Répartir le riz et les truffes dans des tasses chaudes.
- Verser le consommé brûlant et disperser des pluches de cerfeuil.

PETITE MARMITE HENRI IV

Bouillon de pot-au-feu additionné de carcasses de volaille ou d'une volaille rissolée au préalable, corsé, partiellement dégraissé et non clarifié.

- Garnir de petits légumes de pot-au-feu (carottes, navets, panais, poireaux, céleri, chou, …) émincés ou tournés en olive selon leur nature, d'abattis et de blanc de volaille poché et accompagner de tranches de baguette ou de flûte toastées et arrosées sans excès avec un peu de la graisse du bouillon.



Consommé aux truffes Cendrillon



SOUPE À L'OIGNON GRATINÉE

Soupe traditionnelle des restaurants de nuit ou des nuits de fête.
La soupe à l'oignon classique est réalisée à partir d'oignons compotés au beurre et mouillés au consommé ou au bouillon de pot-au-feu. Elle est généralement servie en bols individuels, recouverte de tranches de pain séchées et gratinée avec du gruyère.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- beurre	kg	0,100		
- oignons	kg	0,800		
- farine (facultatif)	kg	0,020		
- marmite ou consommé	l	2		
Garniture				
- baguette	kg	0,160		
- gruyère	kg	0,240		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 15 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : Oignons			***30 min***	
Soupe			***20 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les légumes - 10 min
- Eplucher, laver soigneusement les oignons.
- Emincer finement *(voir p. 113).*

3. Marquer les oignons en cuisson - 5 min
- Cuire lentement ou compoter (utiliser un récipient à fond épais) les oignons avec le beurre pendant 30 min environ.
- Saler au sel fin.
- Remuer fréquemment afin d'obtenir une coloration blonde et uniforme.
- Singer éventuellement (saupoudrer de farine).

4. Marquer la soupe à l'oignon en cuisson - 5 min
- Ajouter les 2 l de marmite ou de consommé.
- Cuire à nouveau à très faible ébullition pendant 20 min.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Ajouter quelques tours de poivre du moulin.

5. Préparer la garniture - 10 min
- Détailler la baguette en tranches.
- Sécher les rondelles sur les 2 faces au four doux.
- Débarrasser sur une grille à pâtisserie.
- Râper le gruyère.

6. Dresser la soupe à l'oignon gratinée - 5 min.
- Mélanger la soupe pour répartir la garniture.
- Remplir les bols à gratinée.
- Disposer les lamelles de pain.
- Recouvrir de gruyère râpé.
- Gratiner d'abord au four, puis terminer sous la salamandre.


Soupe à l'oignon gratinée

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 grande calotte

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe ou 1 petit rondeau plat

Matériel de dressage pour 4 couverts :

- 4 bols à gratinée
- 4 assiettes à entremets

POTAGES SIMILAIRES

Soupe à l'oignon normande

- Oignons finement émincés, compotés très lentement jusqu'à l'obtention d'une légère couleur blonde, singer avec un peu de farine et mouiller au lait.
- Crémer, servir avec des tranches de baguette séchées au four.

Potage garbure à l'oignon

- Soupe à l'oignon mouillée au consommé ou au lait, puis passée au chinois.
- Servir avec des rondelles de baguette séchées au four et masquées de purée d'oignons liée avec un peu de sauce Béchamel, et gratinées avec du gruyère.

Potage ou soupe Thourin à l'oignon

- Oignons émincés et compotés à la graisse d'oie.
- Ajouter de l'ail haché, singer légèrement et mouiller avec du fond blanc de volaille. Assaisonner.
- Lier hors du feu avec des jaunes d'œufs détendus avec un filet de vinaigre.
- Verser dans la soupière sur des lamelles de pain rassis ou séchées.


Gratinée au porto ou gratinée façon lyonnaise

GRATINÉE AU PORTO OU GRATINÉE FAÇON LYONNAISE

1. Réaliser la soupe

- Emincer finement 0,800 kg d'oignons.
- Les faire revenir (compoter) longuement avec 0,100 kg de beurre pour obtenir une coloration blonde et régulière.
- Singer avec 0,020 kg de farine (facultatif).
- Mouiller avec 2 l d'eau ou 2 l de marmite (bouillon de pot-au-feu).
- Saler, poivrer et cuire la soupe lentement durant une vingtaine de minutes.

2. Terminer la soupe

- Passer la soupe au chinois en pressant fortement ou la passer au mixeur (facultatif).
- Vérifier l'assaisonnement.
- Répartir des tranches de pain séchées dans les bols en les intercalant avec du gruyère râpé.
- Verser la soupe brûlante sur le pain.
- Répartir du gruyère râpé en surface.
- Gratiner la soupe au four.

3. Lier la soupe à l'oignon

- Préparer une liaison en mélangeant 4 jaunes d'œufs à 0,10 l de crème et 0,10 l de vieux madère.
- Retirer la soupe bien gratinée du four.
- Soulever délicatement le gratin superficiel et verser la liaison en la répartissant uniformément.



LES POTAGES LIÉS TAILLÉS

Bref rappel de technologie

Les potages taillés sont réalisés à partir de légumes frais de saison émincés en paysanne ou taillés en petits dés.

Ils sont le plus souvent mouillés à l'eau et réalisés à la commande ou juste avant le service.

Ils sont souvent accompagnés de tranches de baguettes séchées ou de croûtons (soupes).

Le potage de base est le potage parisien, il est composé de poireaux émincés et d'une paysanne de pommes de terre, la liaison est apportée par la fécule des pommes de terre.

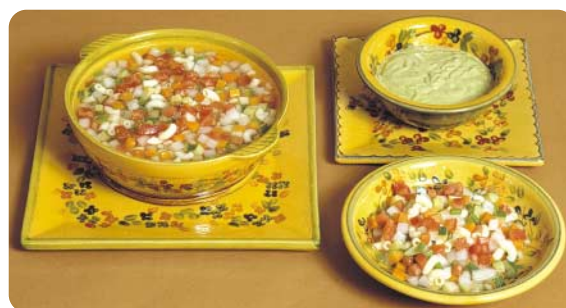


Potage cultivateur



Techniques mises en œuvre

- **Eplucher** et laver des légumes
- **Emincer** des poireaux, du céleri
- **Tailler** des pommes de terre, des carottes, des navets en paysanne
- **Tailler** des légumes en petits **dés**
- **Effeuiller** du cerfeuil
- **Marquer** un potage taillé en cuisson
- Cuire des légumes verts à l'anglaise
- **Tailler** et **blanchir** des lardons
- **Tailler** et sécher des croûtons
- Râper du gruyère



Soupe au pistou



Potage parisien

LES POTAGES PURÉES DE LÉGUMES FRAIS



Bref rappel de technologie

Les potages «purées» de légumes frais sont le plus souvent composés d'une purée à base de blancs de poireaux et de pommes de terre à laquelle on ajoute selon l'appellation un autre légume (chou-fleur, carotte, navet, potiron, céleri, ...).

Les potages purées de légumes frais sont généralement beurrés et crémés en finition.

Ils peuvent être accompagnés de petits croûtons de pain de mie sautés au beurre clarifié et de pluches de cerfeuil.



Potage julienne Darblay



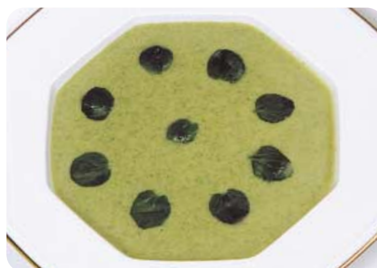


Techniques mises en œuvre

- **Eplucher et laver des légumes**
- **Emincer des poireaux**
- **Tailler des légumes en julienne**
- **Etuver une julienne de légumes**
- **Effeuiller du cerfeuil**
- **Tailler des croûtons**
- **Réaliser un potage «purée de légumes frais »**
- **Tailler une chiffonnade (ciseler de l'oseille)**
- **Tailler des croûtons**
- **Sauter et frire des croûtons**
- **Effeuiller du cerfeuil**



Potage Crécy briarde



Potage cressonnière



Potage Freneuse



POTAGE CULTIVATEUR

Le potage cultivateur est composé d'un ensemble de légumes de saison (carottes, navets, poireaux, pommes de terre, céleri en branches, chou vert, petits pois, haricots verts, ...) émincés ou taillés en paysanne selon leur nature, sués au beurre et mouillés à l'eau. Il comporte un morceau de poitrine de porc demi-sel taillé en lardons, et il est le plus souvent accompagné de lamelles de pain séchées et de gruyère râpé et tamisé.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- beurre	kg	0,040		
- poitrine de porc demi-sel	kg	0,080		
- poireaux	kg	0,160		
- carottes	kg	0,160		
- navets	kg	0,080		
- céleri en branches	kg	0,080		
- chou vert	kg	0,080		
- pommes de terre (type Bintje)	kg	0,400		
- haricots verts frais	kg	0,040		
- petits pois surgelés	kg	0,040		
Mouillement				
- eau	l	1,8 à 2		
Finition				
- cerfeuil	botte	1/4		
Garniture (facultative)				
- pain (baguette ou ficelle)	kg	0,160 ou 24 rondelles		
- gruyère râpé	kg	0,080		
- beurre (facultatif)	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel gros		PM		
- sel fin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 15 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : Plat principal			***20 à 25 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les légumes - 30 min
- Eplucher, laver tous les légumes.
- Emincer finement les poireaux et le céleri.
- Tailler en paysanne les carottes, les navets et le chou.
- Tailler les haricots verts en petits dés.

3. Marquer le potage en cuisson - 20 min
- Eliminer la couenne et détailler la poitrine de porc en petits lardons.
- Blanchir fortement les lardons (départ eau froide), égoutter.
- Les raidir (revenir sans coloration) dans le beurre.
- Ajouter les poireaux, les carottes, les navets et le céleri.
- Suer lentement en évitant toute coloration.
- Mouiller à l'eau froide (1,8 à 2 l).
- Saler légèrement au gros sel.
- Ajouter le chou.
- Porter rapidement à ébullition et cuire pendant 10 min.
- Ajouter les pommes de terre taillées en paysanne.
- Cuire à nouveau pendant 10 min.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Débarrasser le potage au bain-marie, couvrir.

4. Cuire à l'anglaise séparément les petits pois et les haricots verts **- 5 min**
- Rafraîchir, égoutter.

5. Préparer la garniture (pendant la cuisson du potage) **- 10 min**
- Détailler la baguette en tranches.
- Sécher au four doux (sans coloration).
- Tamiser le gruyère.
- Effeuiller le cerfeuil.
- Réserver les pluches dans un ramequin avec de l'eau froide.

6. Dresser le potage et la garniture (voir présentation) **- 5 min**
- Disposer le gruyère tamisé en dôme au centre de l'assiette ou du ravier.
- Disposer les lamelles de pain autour du gruyère (en couronne).
- Ajouter les petits pois et les haricots verts au potage.
- Dresser le potage brûlant dans la soupière en répartissant les légumes équitablement.
- Au dernier moment ajouter les pluches de cerfeuil bien égouttées.

REMARQUE :

- *Afin de conserver aux légumes leur couleur initiale, il est indispensable de cuire le potage rapidement et à découvert, dans le délai le plus rapproché du service.*



Potage cultivateur

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 petite calotte
- 1 tamis
- 1 grille à pâtisserie
- 1 petit bahut
- 1 planche à découper
- 1 pilon
- 1 bain-marie à potage

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
- 2 petites russes
- 1 plaque à pâtisserie

Matériel de dressage pour 4 couverts :

- 1 soupière
- 1 dessous de soupière
- 1 papier gaufré rond
- 1 assiette ronde ou 1 ravier
- 1 papier gaufré rond

POTAGE PARISIEN

Potage de base des potages taillés.
Composé de blancs de poireaux émincés et de pommes de terre taillées en paysanne, il est mouillé à l'eau et garni de pluches de cerfeuil.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- beurre	kg	0,040		
- blancs de poireaux	kg	0,400		
- pommes de terre (Bintje)	kg	1,200		
Mouillement				
- eau	l	1,8 à 2		
Finition				
- cerfeuil	botte	1/4		
- beurre pour tamponner	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel gros		PM		
- sel fin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*8 à 10 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les légumes - 10 min
- Eplucher et laver les légumes (vérifier très soigneusement les poireaux).

3. Emincer finement les poireaux en paysanne - 10 min *(voir p. 118)*

4. Marquer le potage en cuisson - 8 min
- Suer au beurre, très lentement, les blancs de poireaux émincés.
- Mouiller avec 1,8 à 2 l d'eau froide.
- Porter à ébullition.
- Saler légèrement avec du gros sel.

5. Tailler les pommes de terre en paysanne - 10 min *(voir p. 129)*
- Les tailler durant la cuisson des poireaux afin qu'elles ne noircissent pas.
- Ne pas les mettre dans l'eau pour conserver la fécule.

6. Ajouter les pommes de terre au potage - 2 min
- Le laisser cuire durant 8 à 10 min.
- Ecumer si nécessaire.

7. Effeuiller le cerfeuil - 5 min *(voir p. 100)*
- Réserver les pluches dans de l'eau très froide.

8. Terminer le potage - 3 min
- Vérifier la cuisson des légumes et l'assaisonnement.
- Le débarrasser et le réserver à couvert au bain-marie.

9. Dresser le potage - 2 min
- Dresser le potage brûlant dans la soupière en répartissant les légumes équitablement.
- Au dernier moment, ajouter les pluches de cerfeuil bien égouttées.



POTAGE JULIENNE DARBLAY

Potage dérivé du potage Parmentier, il est composé d'une purée crémée, de blancs de poireaux et de pommes de terre, additionnée en finition d'une julienne de légumes (poireaux, carottes, céleri en branches, navets) étuvée au beurre et garnie de pluches de cerfeuil.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- beurre	kg	0,040		
- blancs de poireaux	kg	0,400		
- pommes de terre (Bintje)	kg	0,800		
Mouillement				
- eau	l	1,8 à 2		
Finition				
- crème double	l	0,20		
- cerfeuil	botte	1/4		
- beurre pour tamponner	kg	0,020		
Garniture				
- carottes	kg	0,160		
- blancs de poireaux	kg	0,160		
- céleri	kg	0,080		
- navets	kg	0,080		
- beurre	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel gros		PM		
- sel fin		PM		
- sucre semoule		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 15 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : Plat principal			*30 min*	
Garniture			*15 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les légumes - 20 min
- Eplucher, laver tous les légumes.
- Emincer finement les blancs de poireaux.
- Tailler en quartiers les pommes de terre.
- Réserver les pommes de terre dans un bahut avec de l'eau.

3. Marquer en cuisson le potage Parmentier - 10 min
- Suer au beurre les blancs de poireaux.
- Mouiller à l'eau froide (1,8 à 2 l).
- Saler au gros sel.
- Ajouter les pommes de terre.
- Cuire doucement à couvert, écumer si nécessaire.

4. Préparer la garniture - 20 min *(voir «Les légumes»)*
- Tailler en fine julienne les carottes, les navets, les blancs de poireaux et le céleri.
- Effeuiller le cerfeuil.
- Réserver les pluches dans un ramequin avec de l'eau froide.

5. Marquer en cuisson la garniture - 5 min *(voir p. 391)*
- Placer une petite sauteuse sur un feu très doux.
- Ajouter le beurre, et très peu d'eau pour former un peu de vapeur.
- Verser la julienne de légumes.
- Assaisonner avec un peu de sel fin et une pincée de sucre semoule (le sucre limite le risque d'acidité fréquent en hiver).
- Couvrir avec une feuille de papier sulfurisé et un couvercle.
- Cuire très lentement durant une vingtaine de minutes.
- Surveiller attentivement afin d'éviter tout risque de coloration.

6. Passer et terminer le potage - 12 min
- Passer le potage Parmentier au moulin à légumes ou au mixeur, puis au chinois fin.
- Ajouter la crème.
- Remettre le potage à bouillir, écumer si nécessaire.
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Ajouter délicatement la julienne.
- Débarrasser le potage au bain-marie.
- Tamponner en surface.
- Couvrir le bain-marie.

7. Dresser le potage (voir présentation) **- 5 min**
- Dresser le potage brûlant dans la soupière en répartissant équitablement la garniture.
- Au dernier moment ajouter les pluches de cerfeuil bien égouttées.



Potage *julienne* Darblay

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 petit bahut
- 1 planche à découper
- 1 moulin à légumes ou 1 mixeur
- 1 chinois
- 1 bain-marie à potage

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
- 1 sauteuse moyenne

Matériel de dressage pour 4 couverts :

- 1 soupière
- 1 dessous de soupière
- 1 papier gaufré rond

CRÈME VICHYSSOISE

1 **Réaliser un potage Parmentier** avec 0,080 kg de beurre, 0,400 kg de blancs de poireaux et 0,800 kg de pommes de terre Bintje.

2. **Cuire le potage** à faible ébullition puis l'égoutter partiellement. Réserver l'eau de cuisson.

3. **Mixer le potage et le détendre** avec l'eau de cuisson jusqu'à la consistance souhaitée.

4. **Passer le potage** au chinois étamine.
- Le remettre dans la russe de cuisson rincée.
- Ajouter 0,30 l de crème épaisse et remettre le potage à bouillir.
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.

5. **Débarrasser le potage** et le refroidir sur glace en le vannant fréquemment avec une spatule en exoglass.

6. **Dresser le potage** dans des tasses à consommé et parsemer le dessus avec 2 bottillons de ciboulette finement ciselée (ou disposer sur le dessus une quenelle de crème fouettée additionnée de ciboulette ciselée.



Crème Vichyssoise

POTAGES SIMILAIRES

Potage purée Dubarry

- Blancs de poireaux étuvés au beurre, choux-fleurs blanchis, pommes de terre.
- Mouiller au lait.
- Mixer, passer au chinois.
- Crémer et beurrer.
- Garnir de sommités de choux-fleurs cuits à l'anglaise, de pluches de cerfeuil et facultativement de croûtons frits.

Potage purée Crécy briarde

- Blancs de poireaux, oignons ciselés, carottes (émincées, blanchies et étuvées au beurre), pommes de terre.
- Mouiller à l'eau.
- Mixer et passer au chinois.
- Crémer et beurrer.
- Garnir de croûtons frits et de pluches de cerfeuil.

Potage purée Freneuse

- Blancs de poireaux, navets émincés, blanchis et étuvés au beurre, pommes de terre.
- Mouiller à l'eau.
- Mixer et passer au chinois.
- Crémer et beurrer.

Potage purée de cresson (cressonnière)

- Blancs de poireaux, feuilles de cresson bien vertes étuvées au beurre, pommes de terre.
- Mouiller à l'eau.
- Mixer et passer au chinois.
- Crémer et beurrer.
- Garnir de feuilles de cresson blanchies.

Potage purée de petits pois frais à la menthe

- Etuver au beurre 0,080 kg d'oignons nouveaux, 0,080 kg de vert de poireau et 0,080 kg de feuilles vertes de laitue, le tout finement émincé.
- Ajouter 0,800 kg de petits pois frais.
- Mouiller avec 2 l d'eau bouillante.
- Ajouter un petit bouquet de menthe fraîche.
- Saler avec du gros sel et cuire vivement à découvert en début de cuisson.
- Passer au mixeur, puis au chinois.
- Beurrer, crémer et garnir de petits pois extra-fins cuits à l'anglaise et de feuilles de menthe fraîchement ciselées.



POTAGE PARMENTIER

Potage de base des purées de légumes frais.
Purée de pommes de terre et de poireaux sués au beurre, liée à la crème et garnie de petits croûtons frits au beurre et de pluches de cerfeuil.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- beurre	kg	0,040		
- blancs de poireaux	kg	0,400		
- pommes de terre (Bintje)	kg	0,800		
Mouillement				
- eau	l	1,8 à 2		
Finition				
- crème	l	0,20		
- cerfeuil	botte	1/4		
- beurre pour tamponner	kg	0,020		
Garniture				
- pain de mie	kg	0,160		
- beurre	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel gros		PM		
- sel fin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***55 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			***30 min***	



Potage Parmentier

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les légumes - 20 min
- Eplucher et laver soigneusement les poireaux et les pommes de terre.
- Emincer finement les blancs de poireaux *(voir p. 118).*
- Tailler en quartiers les pommes de terre et les réserver dans un bahut avec de l'eau très froide.

3. Marquer le potage en cuisson - 10 min
- Suer au beurre les blancs de poireaux.
- Mouiller à l'eau froide (1,8 à 2 l).
- Saler au gros sel.
- Ajouter les pommes de terre.
- Cuire doucement à couvert.
- Ecumer si nécessaire.

4. Préparer la garniture - 10 min
- Détailler le pain de mie en petits cubes réguliers d'1 cm de côté.
- Les sauter rapidement dans une petite poêle avec du beurre clarifié.
- Les égoutter et les réserver sur du papier absorbant.
- Effeuiller le cerfeuil et réserver les pluches dans un petit ramequin avec de l'eau froide.

5. Passer et terminer le potage - 10 min
- S'assurer de la cuisson des pommes de terre.
- Passer le potage au moulin à légumes ou au mixeur, puis au chinois fin.
- Ajouter la crème.
- Remettre le potage à bouillir, l'écumer si nécessaire.
- Vérifier et rectifier l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Débarrasser le potage au bain-marie.
- Tamponner en surface, puis couvrir le bain-marie.

6. Dresser le potage - 5 min
- Disposer les croûtons en dôme sur une assiette recouverte d'un papier gaufré ou dans un ravier.
- Mélanger pour rendre le potage homogène, et le dresser brûlant dans une soupière.
- Au dernier moment, ajouter les pluches de cerfeuil bien égouttées.

GASPACHO ANDALOU

Soupe froide à base de légumes crus (tomates, concombre, poivrons, oignons, ail) marinés au vinaigre de Xérès et à l'huile d'olive.
La soupe est accompagnée de petits croûtons frits, de concombre, de céleri, d'olives et de poivron taillés en petits dés.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- tomates mûres à point	kg	1		
- concombre (2/3 d'une pièce)	kg	0,260		
- poivron rouge (1 petit)	kg	0,160		
- oignon doux d'Espagne	kg	0,080		
- ail (1 gousse)	kg	0,010		
- pain de mie	kg	0,080		
- menthe ou cerfeuil ou basilic	botte	1/4		
- piment sec ou frais ou tabasco		PM		
- concentré de tomate (facultatif)		PM		
- vinaigre de Xérès	l	0,02		
- huile d'olive	l	0,08		
- eau glacée		PM		
Garniture				
- concombre (1/3, le reste)	kg	0,160		
- poivron rouge	kg	0,160		
- céleri en branches	kg	0,080		
- olives vertes ou noires	kg	0,080		
- ciboule ou ciboulette	botte	1		
- œufs durs (facultatif)	P	2		
- pain de mie	kg	0,160		
- huile d'arachide	l	0,04		
Assaisonnement				
- sel		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 15 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation et de dressage.

2. Eplucher et laver tous les légumes - 15 min
- Eplucher, laver et dégermer la gousse d'ail.
- Eplucher, laver et effilandrer le céleri.
- Eplucher à l'économe, ôter les filaments et les graines des poivrons.
- Eplucher et laver l'oignon.
- Eplucher, laver, partager et épépiner le concombre. Réserver les 2/3 pour la soupe, le 1/3 restant pour la garniture.
- Trier, laver et égoutter soigneusement les herbes.

3. Monder, épépiner et concasser les tomates - 10 min



Gaspacho Andalou

4. Tailler tous les légumes du gaspacho - 10 min
- Emincer les 2/3 du concombre et le mettre à dégorger avec un peu de sel fin.
- Emincer l'oignon et le poivron puis écraser la gousse d'ail.
- Concasser les herbes.
- Epépiner et émincer le petit piment s'il est utilisé frais.

5. Mariner les éléments de base du gaspacho - 5 min
- Réunir le concombre égoutté, les tomates, les oignons, le poivron, la gousse d'ail écrasée et les herbes dans une grande calotte en acier inoxydable.
- Assaisonner puis ajouter le vinaigre de Xérès et le 1/3 de l'huile d'olive.
- Filmer et réserver en enceinte réfrigérée à + 3 °C durant quelques heures.

6. Préparer la garniture - 20 min
- Durcir les œufs, les rafraîchir, les écaler puis hâcher séparément les jaunes et les blancs, les réserver (les œufs durs sont facultatifs).
- Tailler en petits dés réguliers de 3 mm de section, le poivron rouge, le céleri en branches et le concombre restant.
- Saupoudrer les dés de concombre de sel fin et les laisser dégorger durant une dizaine de minutes puis les égoutter.
- Ciseler finement la ciboule ou la ciboulette.
- Concasser régulièrement les olives.
- Tailler le pain de mie également en petits dés de 3 mm de section.
- Les sauter à l'huile puis les égoutter sur du papier absorbant.

7. Terminer le potage à la commande - 5 min
- Dans la cuve du mixeur placer la mie de pain et verser tous les légumes marinés. Mixer durant quelques minutes.
- Ajouter si nécessaire un peu de concentré de tomate et un peu d'eau glacée jusqu'à l'obtention de la consistance souhaitée.
- Monter avec le reste de l'huile d'olive ou l'ajouter en dernier à l'aide d'un petit fouet.
- Vérifier et rectifier l'assaisonnement.
- Passer au chinois étamine.

8. Dresser les garnitures - 3 min
- Les dresser séparément dans des petits raviers.
- Les présenter sur un plateau recouvert d'un papier gaufré.

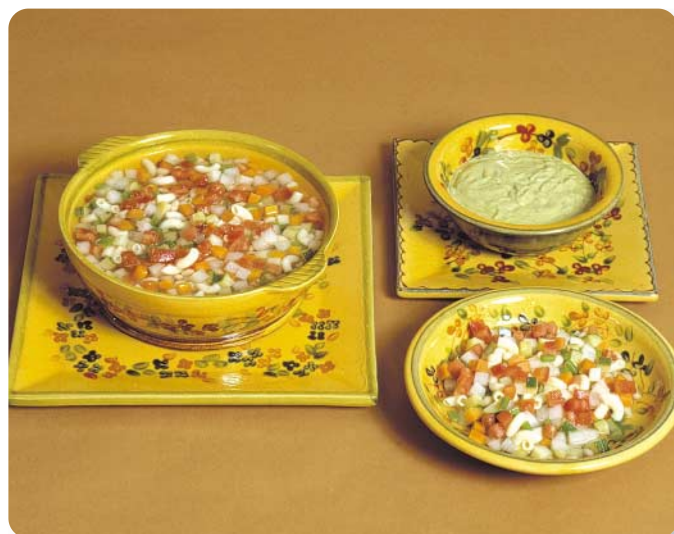
9. Dresser le gaspacho - 2 min
- Le dresser en tasses ou bols individuels.
- Saupoudrer sans excès de ciboulette ou de ciboule ciselée.

***REMARQUE :** Il est fréquent d'accompagner le gaspacho de grosses crevettes (gambas), de langoustines ou d'écrevisses sautées à l'huile d'olive.*

SOUPE AU PISTOU

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- carottes	kg	0,400		
- courgettes	kg	0,400		
- céleri	kg	0,200		
- poireaux	kg	0,400		
- gros oignons	kg	0,200		
- haricots verts	kg	0,200		
- tomates grosses	kg	0,400		
- haricots blancs frais	kg	0,100		
- haricots rouges frais	kg	0,100		
- pommes de terres (Bintje)	kg	0,400		
- pâtes (coquillettes)	kg	0,100		
Pistou				
- ail	kg	0,050		
- basilic	botte	1/2		
- huile d'olive	l	0,20		
- tomate	kg	PM		
- pommes de terre	kg	PM		
- parmesan	kg	0,040		
Garniture				
- parmesan	kg	0,080		
Assaisonnement				
- sel gros		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 30*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*25 min*	



Soupe au pistou

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer tous les légumes - 20 min
- Eplucher et laver très soigneusement tous les légumes.
- Réserver les pommes de terre dans de l'eau froide.
- Ne pas éplucher les courgettes, les ébouter et les laver seulement.
- Dégermer l'ail.

3. Monder, épépiner, concasser et réserver les tomates - 10 min

4. Cuire les haricots verts, les haricots frais blancs et rouges séparément à l'anglaise - 10 min, (ou les utiliser appertisés, dans ce cas ils sont ajoutés quelques minutes avant la fin de la cuisson du potage)

5. Tailler tous les légumes - 20 min
- Les tailler en dés réguliers d'1 cm de côté.

6. Marquer le potage en cuisson - 10 min
- Porter 1,5 l d'eau à ébullition, saler au gros sel.
- Ajouter les légumes par ordre de durée de cuisson (carottes, navets, céleri, oignons, poireaux, courgettes).
- Terminer par les pommes de terre et les tomates (les coquillettes peuvent être cuites séparément ou ajoutées 12 min avant la fin de la cuisson).

7. Réaliser le pistou - 10 min
- Piler dans un mortier l'ail et les feuilles de basilic.
- Incorporer petit à petit l'huile d'olive, puis ajouter quelques petits dés de tomates et de pommes de terre prélevés dans le potage.
- Travailler à l'aide du pilon afin d'obtenir une pâte homogène.
- Ajouter un peu de parmesan et assaisonner.

8. Dresser la soupe au pistou - 5 min
- Vérifier la cuisson et l'assaisonnement.
- Dresser la soupe brûlante dans une soupière.
- Servir à part en saucière le pistou et le parmesan râpé.
(Le pistou peut être ajouté dans le potage au moment de l'envoi).

POTAGES SIMILAIRES

Potage minestrone
- Réaliser un potage cultivateur en ajoutant un morceau de poitrine fumée blanchi ou un talon de jambon fumé.
- En cours de cuisson, ajouter des tomates concassées, des petits haricots blancs cuits au préalable, des spaghetti coupés en tronçons de 3 cm de longueur, un hachis très fin de lard gras, d'ail et de basilic.
- Servir avec du parmesan.

Potage bonne-femme
- Potage parisien beurré et crémé au moment de l'envoi.
- Servir à part des rondelles de baguette séchée.

Potage maraîchère
- Ajouter au potage bonne-femme du vermicelle, une chiffonnade d'oseille, de laitue et d'épinards.
- Garnir de feuilles de pourpier et de pluches de cerfeuil.

Potage normande
- Suer au beurre une paysanne de carottes et de poireaux.
- Ajouter après mouillement des petits flageolets frais et une paysanne de pommes de terre.
- Beurrer et crémer au moment de servir.

REMARQUE : Ces potages peuvent être mouillés avec du consommé blanc (marmite) ou avec du consommé blanc et du lait.



LES POTAGES PURÉES DE LÉGUMES SECS

Bref rappel de technologie

Les potages «purées» de légumes secs sont composés d'une garniture aromatique (Mirepoix) et d'un légume sec déterminant l'appellation (pois cassés, lentilles, haricots secs, ...).

Ils sont le plus souvent beurrés ou crémés en finition et comportent fréquemment une petite garniture (croûtons, petits lardons, petite quenelle en farce mousseline, chiffonnades diverses, ...).

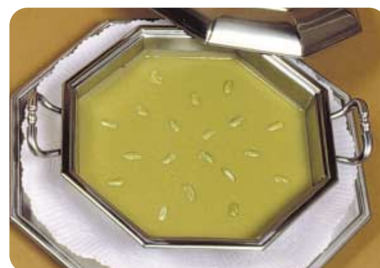


Potage St-Germain aux croûtons



Techniques mises en œuvre

- **Eplucher et laver des légumes**
- **Tailler une Mirepoix**
- **Ciseler des oignons**
- **Tailler des carottes en dés**
- **Réaliser un bouquet garni**
- **Blanchir des légumes secs**
- **Cuire des légumes secs**
- **Tailler des croûtons**
- **Tailler une chiffonnade**
- **Effeuiller du cerfeuil**



Potage Musard



Potage Ambassadeur



Potage Conti



POTAGE SAINT-GERMAIN AUX CROÛTONS

Potage de base des purées de légumes secs réalisé à partir de pois cassés. Il est composé d'une garniture aromatique et de pois cassés mixés en fin de cuisson. Il est beurré ou crémé en finition selon la couleur recherchée. Il est accompagné de petits croûtons de pain de mie sautés au beurre clarifié et de pluches de cerfeuil.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- pois cassés bien verts	kg	0,700		
Garniture aromatique				
- beurre	kg	0,040		
- poitrine de porc demi-sel	kg	0,100		
- vert de poireau	kg	0,080		
- carottes	kg	0,080		
- oignons	kg	0,080		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail	gousse	2		
Mouillement				
- eau ou fond blanc de veau	l	2		
Finition				
- beurre *ou*	kg	0,040		
- crème double	l	0,08		
- cerfeuil	botte	1/4		
- beurre pour tamponner	kg	0,020		
Garniture				
- pain de mie	kg	0,160		
- beurre	kg	0,040		
- huile d'arachide	l	0,02		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 20 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*45 min à 1 h*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Blanchir les pois cassés - 5 min
- Laver soigneusement les pois cassés.
- Blanchir (départ eau froide), écumer, rafraîchir et égoutter.

3. Préparer les lardons - 5 min
- Eliminer la couenne et détailler en petits lardons la poitrine de porc.
- Blanchir fortement les lardons (départ eau froide) et égoutter.

4. Préparer les légumes de la garniture aromatique - 20 min
- Eplucher, laver le vert de poireau, les carottes, les oignons, le persil et les gousses d'ail.
- Emincer finement le vert de poireau.
- Tailler en petits dés les carottes et les oignons (Mirepoix) *(voir p. 57, 114).*
- Confectionner le bouquet garni *(voir p. 357).*
- Dégermer et écraser les gousses d'ail.

5. Marquer le potage Saint-Germain en cuisson - 10 min
- Raidir (faire revenir sans coloration) les lardons dans le beurre.
- Ajouter le vert de poireau, les carottes et les oignons.
- Faire suer la Mirepoix pendant 4 à 5 min.
- Ajouter les pois cassés.
- Mouiller avec 2 l d'eau froide ou de préférence du fond blanc de veau froid.
- Ajouter le bouquet garni et l'ail.
- Porter à ébullition.
- Cuire doucement et régulièrement à couvert durant 45 min à 1 h suivant la qualité des pois cassés.
- Saler au gros sel aux 2/3 de la cuisson.

6. Préparer la garniture - 15 min
- Détailler le pain de mie en petits cubes réguliers d'1 cm de côté.
- Les faire sauter rapidement dans une petite poêle avec l'huile et un peu de beurre.
- Egoutter et réserver sur du papier absorbant.
- Effeuiller le cerfeuil.
- Réserver les pluches dans un ramequin avec de l'eau froide.

7. Passer le potage - 15 min
- Eliminer le bouquet garni.
- Passer le potage Saint-Germain au moulin à légumes ou au mixeur, puis au chinois métallique en foulant fortement.
- Beurrer ou crémer selon la couleur du potage (la crème présente l'inconvénient de blanchir le potage).
- Remettre le potage à bouillir, écumer si nécessaire.
- Vérifier l'onctuosité, l'assaisonnement et la couleur.
- Débarrasser le potage au bain-marie.
- Tamponner en surface.
- Couvrir le bain-marie.

8. Terminer et dresser le potage - 5 min
- Disposer les croûtons en dôme au centre de l'assiette ou du ravier.
- Mélanger pour rendre le potage homogène.
- Dresser le potage brûlant dans la soupière.
- Au dernier moment, ajouter les pluches de cerfeuil bien égouttées.



Potage Saint-Germain aux croûtons

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 petite passoire
- 1 chinois métallique
- 1 moulin à légumes ou 1 mixeur
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper
- 1 bain-marie à potage

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
- 1 petite russe
- 1 petite poêle

Matériel de dressage pour 4 couverts :

- 1 soupière
- 1 papier gaufré rond
- 1 assiette plate ou 1 ravier
- 1 dessous de soupière
- 1 papier gaufré rond

POTAGE CONTI

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- lentilles vertes ou blondes	kg	0,700		
Garniture aromatique				
- beurre	kg	0,040		
- poitrine de porc demi-sel	kg	0,160		
- vert de poireau	kg	0,080		
- carottes	kg	0,080		
- oignons	kg	0,080		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail	gousse	2		
Mouillement				
- eau	l	2		
Finition				
- beurre	kg	0,040		
- cerfeuil	botte	1/4		
Garniture				
- poitrine de porc demi-sel	kg	PM		
- huile	l	0,02		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*30 à 40 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Laver soigneusement les lentilles - 3 min
- Ne pas laisser tremper.

3. Préparer les légumes de la garniture aromatique - 20 min
- Eplucher, laver les verts de poireaux, les carottes, les oignons, le persil et les gousses d'ail.
- Emincer finement le vert de poireau.
- Tailler en petits dés les carottes et les oignons (Mirepoix) *(voir p. 57, 114).*
- Confectionner le bouquet garni *(voir p. 357).*
- Dégermer et écraser les gousses d'ail.

4. Blanchir fortement la poitrine de porc - 5 min minimum

5. Marquer le potage Conti en cuisson - 10 min
- Suer au beurre les légumes de la garniture aromatique.
- Ajouter les lentilles.
- Mouiller avec 2 l d'eau froide.
- Ajouter l'ail écrasé, le bouquet garni et le morceau de poitrine de porc entier.
- Porter à ébullition.
- Cuire doucement et régulièrement à couvert durant 30 à 40 min selon la qualité des lentilles.
- Saler au gros sel aux 2/3 de la cuisson.

6. Passer le potage - 15 min
- Débarrasser et réserver la poitrine de porc.
- Eliminer le bouquet garni.
- Passer le potage Conti au moulin à légumes ou au mixeur puis au chinois métallique en foulant fortement.
- Remettre le potage à bouillir, écumer si nécessaire.
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Débarrasser le potage au bain-marie.
- Beurrer en surface. Couvrir le bain-marie.

7. Préparer la garniture - 5 min
- Découenner et tailler la poitrine de porc en petits lardons.
- Les faire sauter rapidement sans les faire sécher avec un peu d'huile.
- Les égoutter sur du papier absorbant.

8. Dresser le potage - 2 min
- Dresser le potage brûlant dans la soupière.
- Répartir uniformément les lardons.
- Disposer les pluches de cerfeuil bien égouttées.

REMARQUE : Il est également possible de cuire les lentilles avec la garniture aromatique non émincée et non suée au beurre, ajouter après mouillement les oignons cloutés, les carottes en tronçons et le bouquet garni. Dans ce cas, la garniture aromatique est retirée avant de passer le potage.

POTAGES SIMILAIRES

Potage Ambassadeur

- Potage Saint-Germain garni d'une chiffonnade de feuilles vertes de laitue et d'oseille étuvée au beurre, de riz cuit à l'eau salée et de pluches de cerfeuil.

Potage Longchamp

- Potage Saint-Germain garni d'une chiffonnade d'oseille étuvée au beurre, de vermicelle et de pluches de cerfeuil.

Potage Esaü

- Potage purée Conti dont la liaison a été renforcée avec du riz poché dans du consommé.
- Beurrer et crémer légèrement.

Potage Chantilly

- Potage purée Conti beurré et crémé.
- Garnir de petites quenelles réalisées en farce mousseline de volaille, pochées à la commande.

Potage Colombine

- Potage purée Conti mouillé au fond de pigeon.
- Garnir d'une julienne de poitrine de pigeonneau sautée au beurre et flambée au cognac, de petites quenelles en farce de pigeonneau et d'une fine brunoise de truffes.

Potage Musard

- Purée de flageolets beurrée et crémée.
- Garnir de petits flageolets cuits à l'anglaise et de petits croûtons sautés au beurre clarifié.

Potage tourangelle

- Purée de haricots blancs et de flageolets mélangés, beurrée et crémée.
- Garnir de petits dés de haricots verts cuits à l'anglaise et de petits flageolets.

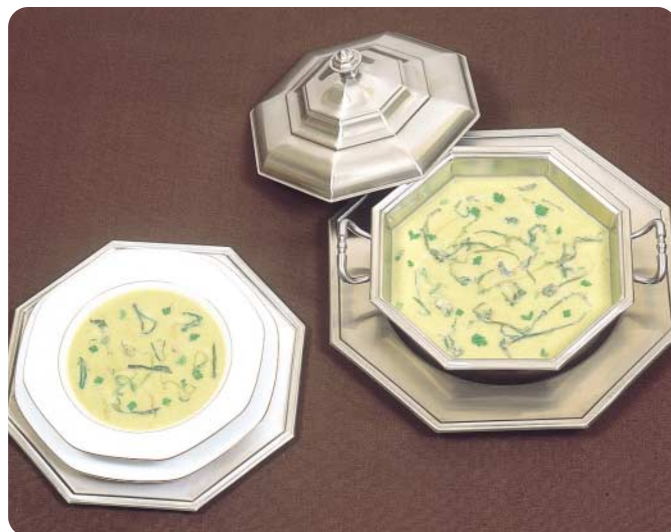
Potage Condé

- Purée de haricots rouges au vin rouge, beurrée et crémée.

Potage bretonne

- Purée de haricots blancs (cocos) riche en oignons et en poireaux.
- Ajouter de la fondue de tomate, mixer, beurrer et crémer en finition.

REMARQUE : Les différents potages dérivés du potage Saint-Germain peuvent être réalisés selon la saison avec des petits pois frais.



Potage Ambassadeur

POTAGE SOISSONNAIS AUX CROÛTONS

1. Cuire les haricots blancs

- Laver soigneusement 0,700 kg de haricots blancs (soissonnais de préférence) et laisser tremper durant quelques heures dans de l'eau froide.
- Les rincer à nouveau et les égoutter.
- Les marquer en cuisson avec 2,5 l d'eau froide.
- Porter à ébullition, écumer soigneusement.
- Ajouter 0,200 kg d'oignons piqués avec 1 clou de girofle, 0,200 kg de carottes tronçonnées, un bouquet garni composé de blancs de poireaux, de tiges de persil, de thym, de laurier et deux gousses d'ail.
- Ajouter si possible 0,200 kg de couenne grasse de porc.
- Cuire très lentement et à semi-couvert durant 40 min à 1 h selon la qualité des haricots.
- Saler aux 2/3 de la cuisson.

2. Passer le potage

- Retirer la garniture aromatique des haricots.
- Mixer le potage et le passer au chinois métallique en foulant fortement.
- Remettre le potage à bouillir et le crémer.
- Le débarrasser au bain-marie et le beurrer en surface.

3. Dresser le potage

- Servir avec des petits croûtons de pain de mie sautés au beurre clarifié.



Potage soissonnais aux croûtons

CRÈMES ET VELOUTÉS À BASE DE LÉGUMES



Bref rappel de technologie

Ce sont des potages particulièrement onctueux réalisés à partir d'un velouté de veau (roux blanc et fond blanc de veau) ou d'une sauce Béchamel, dans lequel a cuit le légume de l'appellation (chou-fleur, céleri, concombre, asperges, laitues, ...).

Les crèmes sont liées, en finition uniquement, avec de la crème, les veloutés avec un mélange de jaunes d'œufs et de crème.



Velouté Dubarry





Techniques mises en œuvre

- **Réaliser un fond blanc de veau**
- **Eplucher et laver des légumes**
- **Emincer des poireaux**
- **Prélever des sommités de choux-fleurs**
- **Réaliser un roux blanc**
- **Réaliser un velouté**
- **Réaliser une liaison aux jaunes d'œufs**
- **Cuire des légumes à l'anglaise**



Velouté Choisy



Velouté aux champignons



Velouté aux pointes d'asperges et aux sots l'y laisse



VELOUTÉ DUBARRY

Potage particulièrement onctueux réalisé à partir d'un velouté de veau ou d'une sauce Béchamel, dans lequel ont cuit des choux-fleurs. La deuxième liaison est uniquement à base de crème dans le cas d'une crème, et de crème et de jaunes d'œufs dans le cas d'un velouté.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- beurre	kg	0,100		
- blancs de poireaux	kg	0,160		
- farine	kg	0,080		
- fond blanc de veau	l	2		
- chou-fleur	kg	1		
Liaison				
- lait (facultatif)	l	PM		
- œufs (jaunes)	pièce	4		
- crème double	l	0,20		
Finition				
- beurre	kg	0,020		
- cerfeuil	botte	1/4		
Garniture				
- sommités de chou-fleur (prélevées sur le chou-fleur du velouté)	kg	0,160		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	

DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION	**1 h 15 min**
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :	**40 à 45 min**
Garniture	**5 min**

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les légumes - 30 min
- Eplucher, laver les poireaux et le chou-fleur.
- Diviser le chou-fleur en petits bouquets, le laver à l'eau vinaigrée et le rincer.
- Prélever les sommités de la garniture et les réserver *(voir p. 81/82).*
- Emincer finement les blancs de poireaux.

3. Marquer le potage en cuisson - 10 min
- Porter le fond blanc à ébullition *(voir p. 264).*
- Suer au beurre (sans coloration) les blancs de poireaux.
- Ajouter la farine.
- Cuire doucement le roux blanc pendant 3 à 4 min.
- Refroidir le roux.
- Verser progressivement le fond blanc bouillant sur le roux en remuant sans discontinuer jusqu'à la reprise de l'ébullition.
- Ajouter les bouquets de chou-fleur (éventuellement blanchis).
- Saler au gros sel.
- Cuire doucement et régulièrement à couvert pendant 40 à 45 min.

4. Préparer les garnitures - 10 min
- Cuire les sommités de chou-fleur à l'anglaise *(voir p. 376).*
- Rafraîchir délicatement, égoutter.
- Effeuiller le cerfeuil.
- Réserver les pluches dans un ramequin avec de l'eau froide.

5. Préparer la liaison - 3 min *(voir p. 284)*
- Mélanger les jaunes d'œufs et la crème.
- Passer au chinois.

6. Passer et terminer le potage - 12 min
- Passer le velouté au moulin à légumes ou au mixeur, puis au chinois ordinaire.
- Remettre le velouté à bouillir, l'écumer si nécessaire.
- Ajouter délicatement la liaison hors du feu. La détendre avec un peu de velouté bouillant puis la verser progressivement dans le reste du velouté en remuant à l'aide d'un fouet *(voir p. 284).*
- Reporter le velouté lié à ébullition, le retirer du feu immédiatement et le passer au chinois étamine.
- Vérifier l'assaisonnement et l'onctuosité (s'il est trop épais le détendre avec un peu de lait bouillant).
- Débarrasser le potage au bain-marie.
- Tamponner en surface.
- Couvrir le bain-marie.

7. Dresser le velouté Dubarry - 5 min
- Ajouter la garniture au potage.
- Mélanger délicatement pour rendre le potage homogène.
- Dresser le potage brûlant dans la soupière.
- Au dernier moment, ajouter les pluches de cerfeuil bien égouttées.

REMARQUES :

- ***La seconde liaison du velouté (jaunes d'œufs et crème) doit être réalisée juste avant l'envoi, le velouté doit être brûlant mais ne doit pas bouillir.***
- *Selon l'importance du service, la garniture peut être directement répartie dans la soupière.*



Velouté Dubarry

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 petit bahut
- 1 petite calotte
- 1 planche à découper
- 1 moulin à légumes ou 1 mixeur
- 1 chinois étamine
- 1 bain-marie à potage

Matériel de cuisson :

- 2 grandes russes dont 1 avec couvercle
- 1 petite russe

Matériel de dressage pour 4 couverts :

- 1 soupière
- 1 dessous de soupière
- 1 papier gaufré rond

POTAGES SIMILAIRES

Velouté Choisy

- Réaliser un velouté de veau ou une sauce Béchamel légère.
- Y ajouter 2 belles laitues soigneusement lavées et blanchies.
- Débarrasser les laitues, lier le velouté avec les jaunes et la crème, passer au chinois.
- Garnir d'une chiffonnade de feuilles vertes de laitues étuvée au beurre, de pluches de cerfeuil et de petits croûtons sautés au beurre clarifié.
- Il est possible également de suer les deux laitues ciselées avec les poireaux et de mixer l'ensemble.

Velouté Doria

- Velouté aux concombres.
- Garnir de petites boules de concombre et de riz.

Velouté Pierre-le-Grand

- Velouté au céleri.
- Garnir d'une brunoise de céleri-rave blanchie et étuvée.

Crème Argenteuil

- Sauce Béchamel légère (peu liée) ou velouté de veau aux turions d'asperges.
- Lier uniquement à la crème, beurrer.
- Garnir de pointes d'asperges bien vertes et de pluches de cerfeuil.

VELOUTÉ AUX CHAMPIGNONS

1. Tailler 0,200 kg de grosse julienne de champignons
- L'étuver et la réserver.
- Réserver les parures pour le velouté.

2. Marquer le potage en cuisson
- Suer très lentement 0,160 kg de blancs de poireaux finement émincés dans 0,100 kg de beurre.
- Ajouter 0,080 kg de farine et cuire le roux blanc sans coloration.
- Mouiller avec 1,8 à 2 l de fond blanc bouillant.
- Ajouter 0,800 kg de parures et pieds de champignons bien blancs soigneusement lavés.
- Cuire très lentement durant 30 minutes.

3. Passer et terminer le potage
- Mixer puis passer le velouté au chinois étamine.
- Remettre le velouté à bouillir.
- Ajouter hors du feu la liaison composée de 4 jaunes d'œufs et de 0,20 l de crème.
- Repasser le potage au chinois étamine.

4. Dresser le velouté
- Répartir la julienne de champignons dans les tasses ou dans la soupière.
- Verser le velouté brûlant sur la julienne.
- Garnir avec des pluches de cerfeuil.

Peut être réalisée avec des cèpes, dans ce cas garnir avec des brisures de marrons.



Velouté aux champignons



CRÈMES ET VELOUTÉS À BASE DE VOLAILLE

Bref rappel de technologie

Ces crèmes et veloutés sont réalisés à partir d'un velouté de volaille (roux blanc et fond blanc de volaille).

Selon l'appellation la garniture peut comporter des juliennes de légumes et de blancs de volaille, des quenelles à potage, des profiteroles diverses…

Les crèmes sont liées en finition uniquement avec de la crème, les veloutés avec un mélange de jaunes d'œufs et de crème.



Crème Agnès Sorel

Techniques mises en œuvre

- **Réaliser un fond blanc de volaille**
- **Réaliser un roux blanc**
- **Réaliser un velouté de volaille**
- **Eplucher et laver des légumes**
- **Emincer des poireaux**
- **Monder des tomates et des poivrons**
- **Tailler des champignons en julienne**
- **Tailler de la langue écarlate et des blancs de volaille en julienne**
- **Réaliser de la farce mousseline de volaille**
- **Façonner des quenelles**
- **Pocher des quenelles**
- **Réaliser une fondue de tomate**



Crème Princesse



Crème andalouse



CRÈMES ET VELOUTÉS À BASE DE POISSON OU DE CRUSTACÉS

Bref rappel de technologie

Ces crèmes et ces veloutés sont réalisés à partir d'un velouté de poisson (roux blanc et fumet de poisson), selon l'appellation, la garniture peut comporter des juliennes de légumes et de poisson, des petites quenelles réalisées à partir de farce mousseline, des moules ébarbées, des huîtres pochées, des crevettes décortiquées.

Les crèmes sont liées en finition uniquement avec de la crème, les veloutés avec un mélange de jaunes d'œufs et de crème.



Crème Dieppoise



Techniques mises en œuvre

- **Ouvrir des moules «marinière»**
- **Eplucher et laver des légumes**
- **Emincer des champignons**
- **Emincer des poireaux**
- **Réaliser un fumet de poisson**
- **Réaliser un roux blanc**
- **Réaliser un velouté de poisson**
- **Réaliser une liaison**
- **Réaliser de la farce mousseline de poisson**
- **Façonner des quenelles à potage**
- **Châtrer des écrevisses**
- **Réaliser une sauce américaine**



Crème de crevettes normande



Velouté d'écrevisses Joinville



Velouté de poisson à l'effeuillée de cabillaud



CRÈME AGNÈS SOREL

Potage réalisé à partir d'un velouté de volaille aux champignons (roux blanc + fond blanc de volaille), lié à la crème, garni d'une julienne de blancs de volaille, de langue écarlate et de champignons.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- beurre	kg	0,100		
- blancs de poireaux (facultatif)	kg	0,160		
- parures de champignons (pieds)	kg	0,400		
ou				
- crème de champignons appertisée, lyophylisée ou déshydratée	l	0,50		
- farine	kg	0,080		
- fond blanc de volaille	l	2		
Finition				
- crème double	l	0,2		
- beurre	kg	0,020		
Garniture				
- blanc de volaille poché	kg	0,160		
- langue écarlate	kg	0,080		
- gros champignons de Paris	kg	0,160		
- citron (facultatif)	pièce	1/2		
- beurre	kg	0,050		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- gros sel		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*30 à 35 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Marquer un excellent fond blanc de volaille - 15 min
(voir p. 264)
- Ajouter une poule en plus des carcasses et des abattis ou utiliser du fond blanc de volaille déshydraté.

3. Préparer les légumes - 15 min
- Eplucher et laver soigneusement les poireaux et les champignons.
- Emincer les poireaux.
- Tailler les gros champignons de Paris en julienne (la citronner légèrement) et réserver les parures pour le velouté *(voir p. 68).*

4. Etuver la julienne de champignons - 2 min
- L'étuver à couvert avec un peu de beurre.

5. Marquer le velouté en cuisson - 10 min
- Porter le fond blanc de volaille à ébullition.
- Suer au beurre (sans coloration) les blancs de poireaux et les parures de champignons émincées.
- Ajouter la farine et cuire doucement le roux blanc durant 3 à 4 min.
- Refroidir le roux.
- Verser progressivement le fond blanc de volaille sur le roux en remuant sans discontinuer jusqu'à la reprise de l'ébullition.
- Saler légèrement.
- Cuire doucement et régulièrement durant 30 à 35 min.
- Remuer durant la cuisson à l'aide d'une spatule à réduction.

6. Passer et terminer la crème - 5 min
- La passer au chinois étamine en pressant fortement.
- Crémer et reporter la crème à ébullition.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Débarrasser la crème au bain-marie.
- Tamponner (beurrer en surface).
- Couvrir le bain-marie.

7. Préparer la garniture - 10 min
- Tailler le blanc de volaille en julienne.
- Tailler la langue écarlate également en julienne.
- Réunir les juliennes de champignons, de volaille et de langue et les maintenir au chaud avec un peu de crème de volaille.

8. Dresser la crème Agnès Sorel - 3 min
- Répartir équitablement la garniture dans la soupière.
- Verser la crème brûlante et la mélanger délicatement à la garniture.



Crème Agnès Sorel

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 petit bahut
- 1 calotte
- 1 planche à découper
- 1 spatule en exoglass
- 1 chinois étamine
- 1 bain-marie à potage

Matériel de cuisson :

- 2 grandes russes dont 1 avec couvercle
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- 1 soupière ou 8 bols à potage
- 1 dessous de soupière ou 8 petites assiettes
- 1 grand papier gaufré rond ou 8 petits

POTAGES SIMILAIRES

Crème de volaille aux morilles

- Velouté de volaille aux morilles crémé.
- Garnir d'une julienne de blanc de volaille et de morilles.

Crème princesse

- Velouté d'asperges réalisé à partir d'un fond blanc de volaille.
- Crémer et garnir de fines escalopes de blanc de volaille, de petites pointes d'asperges et de pluches de cerfeuil.

Crème Boïeldieu

- Velouté de volaille crémé.
- Garnir de petites quenelles de volaille réalisées en farce mousseline et farcies de foie gras, de dés de volaille pochée et de truffes.

CRÈME ANDALOUSE

1. Réaliser une fondue de tomates *(voir p. 320).*

- Avec 0,040 kg de beurre, 0,100 kg d'oignons, 0,800 kg de tomates bien rouges, 0,020 kg de concentré, 2 gousses d'ail et 1 petit bouquet garni.

2. Réaliser un velouté de volaille ou de veau

- Suer 0,150 kg d'oignons finement émincés avec 0,100 kg de beurre.
- Ajouter 0,080 kg de farine et mouiller le roux blanc avec 2 l de fond blanc de volaille.
- Cuire lentement le velouté durant 30 à 35 min.
- Ecumer et dépouiller.

3. Terminer la crème andalouse

- Incorporer la fondue de tomates au velouté (effectuer le mélange au dernier moment, l'acidité de la tomate liquéfie le velouté).
- Mixer le potage, puis le passer au chinois étamine.
- Ajouter 0,20 l de crème double et refaire bouillir le potage.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Le débarrasser au bain-marie et le tamponner en surface avec 0,020 kg de beurre.
- Servir la crème andalouse avec une brunoise de pulpe de tomate mondée, une fine julienne de poivrons doux étuvés au beurre et des grains de riz cuits à l'eau salée.



Crème andalouse



CRÈME DIEPPOISE

Potage réalisé à partir d'un velouté de poisson crémé (roux blanc + fumet de poisson), additionné de cuisson de moules et parfumé aux blancs de poireaux et aux champignons.
La crème est garnie de moules décortiquées et ébarbées et de crevettes.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- beurre	kg	0,100		
- blancs de poireaux	kg	0,160		
- parures de champignons (pieds)	kg	0,200		
- citron (facultatif)		PM		
- farine	kg	0,080		
- fumet de poisson	l	1,80		
- cuisson de moules	l	0,20		
Moules «marinière»				
- moules de bouchot	kg	1		
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- vin blanc sec	l	0,10		
- persil	kg	0,010		
ou à défaut :				
- moules décortiquées	kg	0,250		
Finition				
- crème double	l	0,20		
- beurre	kg	0,020		
Garniture				
- moules décortiquées	kg	PM		
- crevettes décortiquées	kg	0,160		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			30 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			30 à 35 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Nettoyer puis ouvrir les moules selon la technique «à la marinière» - 30 min *(voir fiche n° 69, p. 762/763).*
- Les décortiquer, les ébarber et les réserver dans un peu de cuisson.
- Décanter et filtrer très soigneusement le reste de la cuisson.

3. Préparer les légumes de la garniture aromatique - 10 min
- Eplucher et laver soigneusement les poireaux et les champignons.
- Les émincer finement.

4. Marquer le velouté en cuisson - 10 min
- Porter le fumet et la cuisson des moules à ébullition.
- Suer au beurre (sans coloration) les blancs de poireaux et les champignons.
- Ajouter la farine et cuire doucement le roux blanc durant 3 à 4 min.
- Refroidir le roux.
- Verser progressivement le fumet et la cuisson des moules sur le roux en remuant sans discontinuer jusqu'à la reprise de l'ébullition.
- Ne pas saler maintenant (à cause de la cuisson des moules).
- Cuire doucement et régulièrement le velouté durant 30 à 35 min.
- Remuer à l'aide d'une spatule à réduction.

5. Passer et terminer la crème - 7 min
- La passer au chinois étamine en foulant fortement.
- Crémer et reporter la crème à ébullition.
- Vérifier l'assaisonnement (saler si nécessaire).
- Débarrasser la crème au bain-marie.
- Tamponner (beurrer en surface).
- Couvrir le bain-marie.

6. Dresser la crème dieppoise - 3 min
- Répartir les moules bien égouttées et les crevettes soigneusement rincées dans la soupière.
- Verser la crème brûlante et la mélanger délicatement à la garniture.

REMARQUES :

- ***Des pluches de cerfeuil et des petits croûtons sautés au beurre clarifié peuvent être ajoutés.***
- ***A défaut de parures de champignons, un peu de crème de champignons peut être utilisée.***



Crème dieppoise

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 petit bahut
- 1 calotte
- 1 planche à découper
- 1 spatule en exoglass
- 1 chinois étamine
- 1 bain-marie à potage

Matériel de cuisson :

- 2 grandes russes dont 1 avec couvercle
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- 1 soupière ou 8 bols à potage
- 1 dessous de soupière ou 8 petites assiettes
- 1 grand papier gaufré rond ou 8 petits

POTAGES SIMILAIRES

Crème carmélite

- Velouté de sole crémé.
- Garnir de petites quenelles de merlan réalisées en farce mousseline et d'une julienne de filets de sole étuvée au beurre.

Crème de crevettes normande

- Crevettes revenues avec une fine Mirepoix bordelaise.
- Piler puis ajouter du velouté de sole, cuire, passer, crémer, monter au beurre de crevettes.
- Garnir de queues de crevettes décortiquées et d'huîtres pochées.

Velouté d'écrevisses Joinville

- Ecrevisses revenues avec une fine Mirepoix bordelaise.
- Flamber au cognac, déglacer au vin blanc.
- Ajouter du velouté de poisson, cuire durant quelques minutes.
- Décortiquer et réserver les queues d'écrevisses, piler les carapaces puis les remettre en cuisson.
- Passer en foulant fortement, lier aux jaunes d'œufs et à la crème.
- Monter au beurre d'écrevisses.
- Garnir d'une julienne ou de dés de queues d'écrevisses, de champignons et de truffes.

Velouté de homard

- Traiter un homard à l'américaine, mouiller avec du velouté de sole, passer, lier aux jaunes d'œufs et à la crème, monter au beurre de homard ou au beurre rouge.
- Garnir d'une brunoise de chair de homard étuvée et flambée à la fine champagne.
- Dresser en tasses brûlantes.
- Disposer sur le dessus une quenelle de crème fouettée surmontée d'une petite cuillerée de caviar et d'une pluche d'aneth.

CRÈME CREVETTES JOINVILLE

1. Réaliser 2 l de velouté de sole

2. Marquer le potage en cuisson

- Faire revenir 0,500 kg de crevettes vivantes avec une Mirepoix bordelaise.
- Flamber au cognac, ajouter 0,10 l de vin blanc et le faire réduire.
- Mouiller avec le velouté de sole et laisser cuire lentement durant 25 min.

3. Terminer la crème Joinville

- Mixer l'ensemble et passer au chinois en foulant fortement.
- Ajouter 0,15 l de crème fleurette, 0,100 kg de queues de crevettes en dés, ainsi que 16 huîtres pochées.

4. Dresser la crème Joinville

- Verser la crème dans une soupière chaude.
- Décorer avec des pluches de cerfeuil.



Créme crevettes Joinville



SOUPES DE POISSONS

Bref rappel de technologie

Soupes le plus communément réalisées à partir de petits poissons de roche et d'une garniture aromatique parfumée au fenouil et au safran.

Elles sont généralement accompagnées de rondelles de baguette séchées au four et frottées à l'ail, de gruyère ou de parmesan râpé et d'une sauce émulsionnée du type aïoli ou rouille.

Elles peuvent être également réalisées à partir d'un velouté crémé de poisson et comporter en plus des poissons, des crustacées et des coquillages.






▲ *Soupe de poissons de roche, sauce façon aïoli*





Techniques mises en œuvre

- **Eplucher** et laver des légumes
- **Emincer** des poireaux, du céleri, des oignons et du fenouil
- **Habiller** des poissons
- Réaliser un **fumet** de poisson
- Lever des filets de poissons ronds et de poissons plats
- Réaliser une sauce émulsionnée
- **Décortiquer** et **ébarber** des moules
- Ouvrir des moules



▲ *Soupe de moules au safran*

SOUPE DE POISSONS FAÇON BOUILLABAISSE

Soupe de poissons de roche légèrement parfumée au fenouil et au safran, garnie de tronçons et de filets de rascasse de St-Pierre, de rougets et de congre. La soupe est accompagnée de rondelles de baguette séchées et aillées et d'une sauce mayonnaise à l'huile d'olive.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Fond de base ou soupe de poissons				
- petits poissons de roche (girelles, serrans, rascassons, galinettes, queue de congre, ...)	kg	0,800		
- huile d'olive	l	0,04		
- parures des poireaux, du fenouil, des oignons et du céleri		PM		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail (2 gousses)	kg	0,020		
- concentré de tomate	kg	0,020		
- safran en poudre	kg	0,020		
- badiane	kg	PM		
- assaisonnement		PM		
Poissons pour la bouillabaisse				
- St-Pierre (2 pièces)	kg	0,600		
- rougets grondin (3 pièces)	kg	0,600		
- rascasses (2 pièces)	kg	0,600		
- milieu de congre	kg	0,800		
- vives (3 pièces)	kg	0,600		
- mostelle (lou garri)	kg			
- favouilles et moules de bouchots (facultatif)	kg			
Marinade				
- huile d'olive	l	0,08		
- blancs de poireaux	kg	0,300		
- céleri en branches	kg	0,100		
- fenouil bulbeux	kg	0,200		
- oignons	kg	0,150		
- grosses tomates	kg	0,400		
- ail (2 gousses)	kg	0,040		
- piment frais		PM		
- bouquet garni	pièce	1		
- écorce d'orange		PM		
- safran en poudre		PM		
- apéritif anisé	l	0,04		
- sel, poivre du moulin		PM		
Garniture				
- pommes de terre à chair ferme	kg	0,500		
- baguette (pain)	pièce	1/2		
- ail (2 gousses)	kg	0,020		
- huile d'olive	l	0,04		
Aïoli				
- ail (2 gousses)	kg	0,020		
- jaunes d'œufs	pièce	2		
- pommes de terre de la bouillabaisse		PM		
- jus de citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
- huile d'olive	l	0,20		
Assaisonnement				
- sel, poivre du moulin, piment de Cayenne		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 50 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : Fumet de poisson / Soupe			***15 à 18 min / 12 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller les poissons - 20 min
- Vider et laver tous les petits poissons de roche.
- Ecailler, vider, étêter et laver tous les poissons pour la bouillabaisse.
- Lever les filets de St-Pierre et de rascasse.
- Tronçonner les rougets et les vives.
- Détailler le milieu de congre en 8 morceaux réguliers.
- Dégorger les têtes et les arêtes, les ajouter aux poissons de roche pour la soupe.

3. Eplucher, laver et tailler tous les légumes - 20 min
- Tailler les poireaux et le céleri en julienne.
- Emincer finement les oignons et le fenouil.
- Dégermer les gousses d'ail.
- Réaliser un bouquet garni avec des tiges de fenouil.
- Emincer les pommes de terre en rondelles de 4 mm d'épaisseur et les réserver dans de l'eau froide.
- Réserver toutes les parures des légumes pour la soupe.

4. Monder, épépiner et concasser les tomates - 10 min

5. Réaliser la marinade et mettre les poissons de la bouillabaisse à mariner - 15 min
- Suer à l'huile d'olive durant une dizaine de minutes la julienne de poireaux, de céleri, les oignons et le fenouil émincé.
- Ajouter les filaments de safran, l'ail haché finement, un bouquet garni et les tomates concassées.
- Laisser la marinade refroidir entièrement.
- Ajouter l'apéritif anisé et les poissons en filets et en tronçons.
- Filmer et réserver en enceinte réfrigérée.

6. Marquer la soupe de poissons en cuisson - 15 min
- Suer les parures des légumes de la marinade à l'huile d'olive.
- Ajouter les poissons de roche, les têtes et les arêtes des poissons de la bouillabaisse. Suer durant quelques minutes.
- Ajouter le concentré de tomate, l'ail écrasé, l'écorce d'orange et le safran en poudre.
- Mouiller avec 2 l d'eau maximum et ajouter le bouquet garni et la badiane.
- Assaisonner avec le sel, le poivre du moulin et ajouter le piment frais émincé.
- Cuire durant 15 à 18 min à très faible ébullition. Ecumer si nécessaire.
- Retirer le bouquet garni et la badiane.
- Passer la soupe au moulin à légumes, puis au chinois ordinaire en foulant fortement.

7. Préparer les garnitures - 10 min
- Réaliser l'aïoli *(voir fiche suivante).*
- Tailler la baguette de pain en tranches d'1 cm d'épaisseur, les sécher au four, les frotter à l'ail et les arroser sans excès de quelques gouttes d'huile d'olive.

8. Marquer à la commande la bouillabaisse en cuisson - 12 min
- Placer les pommes de terre dans un rondeau plat.
- Verser une partie de la soupe et les cuire durant une dizaine de minutes.
- Ajouter progressivement et dans l'ordre de cuisson les légumes de la marinade, les tronçons de congre et de vive, puis les rougets, les filets de St-Pierre et de rascasse.
- Compléter le mouillement avec le reste de la soupe et laisser cuire durant quelques minutes.
- Vérifier l'assaisonnement.

9. Dresser la bouillabaisse - 3 min
- La dresser brûlante dans une grande soupière en répartissant équitablement les différentes sortes de poissons et la garniture aromatique.
- Servir à part l'aïoli et les croûtons aillés.



SOUPE DE POISSONS ACCOMPAGNÉE D'UNE SAUCE ROUILLE OU D'AÏOLI

Soupe réalisée à partir des petits poissons de roche et d'une garniture aromatique parfumée au fenouil ou au safran. Elle est accompagnée de rondelles de baguette séchées au four, de gruyère râpé et d'une sauce émulsionnée de type aïoli ou rouille.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- poissons de roche mélangés	kg	1,600		
ou				
- rouget grondin, rascasse, vive, St-Pierre, merlan, congre, …	kg	1,600		
- huile d'olive	l	0,08		
Fumet de poisson				
- huile d'olive	l	0,05		
- carottes	kg	0,100		
- oignons	kg	0,200		
- échalotes	kg	0,100		
- têtes et arêtes des poissons	kg	1		
- arêtes supplémentaires (sole, barbue, turbotin,…)	kg	1		
- bouquet garni	pièce	1		
Garniture aromatique				
- oignons	kg	0,300		
- poireaux	kg	0,160		
- céleri en branches	kg	0,080		
- fenouil bulbeux	kg	0,080		
- tomates	kg	0,400		
- concentré de tomate	kg	0,040		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail	gousse	8		
- safran	kg	0,002		
- badiane	kg	0,002		
Garniture				
- baguette ou ficelle	kg	0,160		
- gruyère	kg	0,160		
- huile d'olive	l	0,04		
- ail	gousse	4		
Sauce d'accompagnement				
- œufs (jaunes)	pièce	2		
- ail	kg	0,010		
- huile d'olive	l	0,25		
- safran (si sauce rouille)	kg	0,001		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
Coût matières pour 8 couverts			…… €	
Coût matières pour 1 couvert			…… €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 30 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			25 à 30 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller les poissons - 30 min *(voir p. 155 et suivantes).*
- Ebarber, écailler, vider et laver les poissons.
- Les dégorger à l'eau courante durant 5 min.
- Lever les filets et les réserver.
- Concasser, dégorger et égoutter les arêtes.

3. Préparer les légumes de la garniture aromatique du fumet de poissons et de la soupe - 30 min

4. Marquer un fumet de poissons avec les arêtes - 10 min *(voir p. 266)*

5. Marquer la soupe de poissons en cuisson - 10 min
- Egoutter soigneusement les filets de poissons.
- Suer la garniture aromatique lentement à l'huile d'olive pendant 4 à 5 min.
- Ajouter les filets de poisson.
- Mouiller avec 2 l de fumet refroidi.
- Ajouter le bouquet garni, les gousses d'ail dégermées et écrasées, et le safran.
- Assaisonner au gros sel et poivre du moulin.
- Porter rapidement à ébullition.
- Ecumer si nécessaire.
- Cuire rapidement pendant 25 à 30 min.

6. Préparer la garniture - 10 min
- Tailler la baguette en rondelles.
- Huiler les rondelles à l'huile d'olive et les sécher au four doux.
- Frotter chaque tranche avec une gousse d'ail.
- Râper et tamiser le gruyère.

7. Réaliser la sauce d'accompagnement (façon rouille ou aïoli) - 10 min
- Piler très finement les gousses d'ail.
- Ajouter les jaunes d'œufs et le jus d'1/2 citron.
- Saler et poivrer (piment de Cayenne).
- Monter la sauce «mayonnaise» à l'huile d'olive.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Ajouter le safran en poudre dans le cas d'une sauce «façon rouille».

8. Passer et terminer la soupe de poissons - 10 min
- Eliminer le bouquet garni.
- Passer la soupe au mixeur, puis au chinois en foulant fortement.
- Remettre la soupe à bouillir.
- Ecumer si nécessaire.
- Vérifier l'onctuosité, la couleur et l'assaisonnement.
- Débarrasser la soupe au bain-marie et couvrir.

9. Dresser la soupe de poissons - 5 min
- Dresser la sauce en saucière.
- Disposer le gruyère tamisé en dôme, au centre de l'assiette ou du ravier.
- Disposer les lamelles de pain autour du gruyère (en couronne).
- Mélanger pour rendre le potage homogène.
- Dresser le potage brûlant dans la soupière.



Soupe de poissons accompagnée d'une sauce rouille ou d'aïoli

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 2 bahuts ou calottes
- 1 petite calotte
- 1 mixeur
- 1 chinois ordinaire

Matériel de cuisson :

- 1 grande sauteuse pour le fumet
- 1 grande russe pour la soupe
- 1 petite plaque à pâtisserie

Matériel de dressage pour 4 couverts :

- 1 soupière et 1 dessous de soupière avec papier gaufré
- 1 saucière
- 1 petit plat rond avec papier gaufré

SOUPE DE MOULES AU SAFRAN

1. Nettoyer et ouvrir les moules *(voir p. 184)*

- Ouvrir 2 kg de moules de bouchot «à la marinière» avec 0,040 kg de beurre, 0,040 kg d'échalotes ciselées, 0,10 l de vin blanc et 0,010 kg de persil haché.
- Ne pas saler, poivrer très légèrement.
- Décortiquer, ébarber et réserver les moules dans un peu de leur cuisson.
- Décanter puis filtrer très finement le reste de la cuisson.

2. Marquer la soupe de moules en cuisson

- Suer (sans coloration) 0,100 kg d'oignons, 0,040 kg d'échalotes grises, 0,200 kg de blancs de poireaux et 0,50 kg de bulbe de fenouil avec 0,10 l d'huile d'olive, le tout finement émincé.
- Ajouter 0,020 kg de concentré de tomate et 0,500 kg de tomates mondées et concassées.
- Singer légèrement avec 0,040 kg de farine.
- Mouiller avec la cuisson des moules (0,50 l environ) et 1,50 l de fumet de poisson.
- Ajouter 2 gousses d'ail égermées et écrasées, 1 bouquet garni et 0,001 kg de safran en poudre.
- Cuire la soupe durant une vingtaine de minutes.
- Ecumer si nécessaire.

3. Terminer la soupe de moules

- Passer la soupe au chinois en pressant fortement.
- Ajouter 0,20 l de crème et 0,001 kg de safran en pistil.
- Refaire bouillir, vérifier l'assaisonnement et débarrasser au bain-marie.
- Tamponner avec 0,020 kg de beurre.

4. Dresser

- Répartir les moules dans la soupière.
- Verser la soupe brûlante et servir avec des petits croûtons sautés au beurre clarifié ou séchés au four ou sous la salamandre (ne jamais refaire bouillir avec les moules, elles se racorniraient).

POTAGES SIMILAIRES

Marmite dieppoise

- Velouté de sole peu lié et parfumé au jus de moules et à la cuisson de champignons.
- Garnir d'escalopes de noix de coquilles St-Jacques, de moules ébarbées, de crevettes, de julienne de filets de sole, de turbotin et de St-Pierre.
- Servir avec des petits croûtons sautés au beurre clarifié.

Cotriade côte de Jade

- Blancs de poireaux sués au beurre, lamelles de pommes de terre. Mouiller au fumet de poisson safrané.
- Ajouter progressivement, et par durée de cuisson, des petits tronçons de turbotin, de rouget grondin, de St-Pierre, de vive, d'un petit homard (facultatif), des langoustines et des moules.
- Servir avec une sauce rouille, des lamelles de baguette séchées au four et du gruyère râpé.



Soupe de moules au safran

BISQUES



Bref rappel de technologie

Potages réalisés à partir de différents crustacés selon une méthode proche de la réalisation de la sauce américaine.

La liaison peut être obtenue à partir d'une purée de riz ou à partir de crème de riz diluée.

La garniture est le plus souvent composée d'une julienne ou de petits dés prélevés sur les crustacés utilisés.

En finition, les bisques sont légèrement beurrées et crémées puis relevées d'une pointe de piment de Cayenne et d'un trait de fine champagne ou d'armagnac.



Bisque de tourteau

Techniques mises en œuvre

- **Eplucher** et laver des légumes
- **Tailler** une **Mirepoix**
- Réaliser un **bouquet garni**
- Réaliser un **fumet** de poisson
- Réaliser un fond de sauce américaine
- Réaliser une liaison au riz ou à la crème de riz
- **Décortiquer** des crustacés
- **Châtrer** des écrevisses



Bisque de langoustines



Bisque d'écrevisses

BISQUE DE CRUSTACÉS

Soupe réalisée à partir de différents crustacés. La liaison peut être obtenue avec une purée de riz. Elle est accompagnée d'une garniture composée de dés de crustacés.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- beurre	kg	0,040		
- carapaces de crustacés	kg	0,800		
ou				
- étrilles, tourteaux, araignées, langoustines, ...	kg	0,800		
- carottes	kg	0,080		
- oignons	kg	0,080		
- échalotes	kg	0,040		
- cognac	l	0,05		
- vin blanc	l	0,15		
- fumet de poisson	l	2		
ou				
- arêtes de sole	kg	0,800		
- tomates	kg	0,400		
- concentré de tomates	kg	0,040		
- ail (3 gousses)	kg	0,020		
- bouquet garni	pièce	1		
- cerfeuil	botte	1/8		
- estragon	botte	1/8		
Liaison				
- riz rond	kg	0,150		
- fumet de poisson	l	1		
ou				
- crème de riz	kg	0,100		
Finition				
- beurre	kg	0,040		
- crème double	l	0,20		
- fine champagne	l	0,05		
Garniture				
- brunoise de chair de crustacés (langoustines, homard, crabe,...)	kg	0,160		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 05 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			***20 à 30 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et dressage.

2. Rincer et dégorger les étrilles (si utilisation) - 5 min
- Brosser les tourteaux et les araignées.

3. Préparer les légumes - 15 min
- Eplucher et laver tous les légumes.
- Tailler en fine Mirepoix les carottes et les oignons (petits dés).
- Ciseler les échalotes.
- Laver, concasser les tomates.
- Eliminer le germe et écraser les gousses d'ail.
- Confectionner le bouquet garni, y ajouter de l'estragon et du cerfeuil.

4. Marquer la bisque en cuisson - 15 min
- Sauter vivement les carapaces de crustacés jusqu'à ce qu'elles deviennent bien rouges.
- Ajouter la garniture aromatique (carottes, oignons, échalotes).
- Suer doucement durant quelques minutes.
- Flamber avec le cognac.
- Ajouter le vin blanc et le réduire de moitié.
- Mouiller avec le fumet de poisson ou ajouter simplement des arêtes (dans ce cas mouiller à l'eau).
- Ajouter l'ail, les tomates concassées, le concentré et le bouquet garni.
- Assaisonner.
- Cuire à découvert en écumant si nécessaire durant quelques minutes (selon les crustacés utilisés).
- Egoutter les crustacés, les décortiquer, garder la chair pour la garniture.
- Broyer au pilon les carapaces et les remettre en cuisson.
- Cuire à nouveau la bisque durant 20 à 30 min.

5. Préparer la liaison - 5 min
- Laver le riz et le cuire dans le fumet (ou à l'eau à défaut de fumet). La bisque peut être liée avec de la crème de riz diluée dans un peu de fumet froid.

6. Terminer et lier la bisque - 15 min
- Passer la bisque (fond de sauce américaine) au chinois métallique en foulant fortement.
- Ajouter le riz soigneusement égoutté ou la crème de riz diluée.
- Faire reprendre l'ébullition et cuire à nouveau la bisque durant quelques minutes.
- Mixer puis passer la bisque au chinois étamine.
- Crémer puis reporter à ébullition.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Débarrasser la bisque dans un bain-marie, la beurrer en surface et couvrir le bain-marie.

7. Dresser la bisque - 5 min
- Chauffer légèrement la chair des crustacés taillée en dés avec un peu de beurre et de fine champagne.
- Verser le potage brûlant dans la soupière.
- Répartir équitablement la garniture.



Bisque de crustacés

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 3 petites calottes
- 1 passoire
- 1 pilon ou un mixeur
- 1 chinois ordinaire et 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe ou 1 petit rondeau haut
- 1 sauteuse ou 1 russe moyenne

Matériel de dressage pour 4 couverts :

- 4 bols à potage avec 4 assiettes à entremets et papier gaufré ou 1 soupière et un sous-bol

POTAGES SIMILAIRES

Bisque de homard

- Réaliser une bisque selon la méthode ci-contre en remplaçant les carapaces de crustacés par 2 petits homards de 0,400 kg, tronçonnés comme pour le homard à l'américaine.
- Garnir de quelques escalopes de queue de homard taillées en dés.

Bisque d'écrevisses

- Remplacer les carapaces de crustacés par 0,800 kg d'écrevisses lavées et châtrées en réservant les queues pour la garniture.
- La bisque d'écrevisses peut être garnie également de coffres d'écrevisses parés et garnis de farce mousseline, pochés à la commande.

Bisque de crevettes

- Remplacer les carapaces de crustacés par 0,800 kg de grosses crevettes.
- Garnir avec des crevettes réservées à cet usage.

BISQUE DE LANGOUSTINES

1. Préparer les langoustines

- Laver 0,800 kg de langoustines.
- Les décortiquer. Réserver les carapaces pour la bisque.
- Tailler les chairs en escalopes et les faire mariner au froid avec 0,05 l de cognac.

2. Préparer la garniture aromatique

- Procéder comme ci-contre.

3. Marquer la bisque

- Procéder comme ci-contre en utilisant uniquement les carapaces des langoustines.
- Mouiller de préférence avec du fumet de sole.

4. Préparer la liaison

- Utiliser de la crème de riz diluée.

5. Terminer la bisque

- Procéder comme ci-contre.
- Une fois la bisque au bain-marie, faire chauffer doucement les queues de langoustines dans le cognac.
- Les flamber et les ajouter dans la bisque.

6. Dresser la bisque

- Verser dans des assiettes chaudes en répartissant la garniture.
- Décorer de pluches de cerfeuil.



Bisque de langoustines à l'assiette



LES HORS-D'ŒUVRE FROIDS

Bref rappel de technologie

*Les hors-d'œuvre sont généralement classés selon leur composition (à base de légumes crus, cuits, à base de viandes, de poissons, de coquillages), mais ils sont également classés selon la température à laquelle ils sont servis **(les hors-d'œuvre froids et les hors-d'œuvre chauds)**.*

Les hors-d'œuvre doivent mettre en appétit sans dominer ni masquer le plat principal, ils permettent en outre d'équilibrer le menu.

Les restaurants simples proposent principalement le midi des salades composées.



Plateau de crudités





Techniques mises en œuvre

- **Eplucher et laver des légumes**
- **Monder des légumes (tomates, poivrons)**
- **Tailler des légumes en julienne, en dés, en bâtonnets**
- **Emincer des légumes**
- **Ciseler des échalotes, des oignons et des herbes**
- **Réaliser des sauces émulsionnées instables, sauce vinaigrette et sauces dérivées, coulis de légumes**
- **Réaliser des sauces émulsionnées stables, sauce mayonnaise et sauces dérivées**
- **Cuire des légumes à l'anglaise**
- **Cuire des légumes à la vapeur**
- **Cuire des légumes à la grecque**
- **Cuire des légumes dans un blanc**



Assortiment de petits légumes athéniens



Médaillon de homard à la parisienne



Melon à l'italienne



Mousse d'avocat aux écrevisses et au coulis de tomates



CRUDITÉS VARIÉES

Différents légumes tendres (contenant peu de cellulose ligneuse) émincés finement ou taillés en julienne, assaisonnés avec différentes vinaigrettes ou de la sauce mayonnaise.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- carottes	kg	0,400		
- céleri-rave	kg	0,400		
- concombre	kg	0,400		
- chou blanc ou rouge	kg	0,400		
- radis	botte	1		
- tomates	kg	0,400		
- citron	pièce	1/2		
Sauce vinaigrette				
- huile	l	0,20		
- vinaigre	l	0,05		
- citron	pièce	1/2		
Sauce mayonnaise				
- œuf (jaune)	pièce	1		
- moutarde	kg	0,020		
- huile	l	0,10		
- vinaigre	l	PM		
Finition				
- cerfeuil	botte	1/4		
- ciboulette	botte	1/4		
- échalote	kg	0,010		
- oignon	kg	0,010		
- ail (facultatif)	kg	PM		
- persil	kg	0,010		
- laitue ou trévise ou	pièce	1/2		
- feuille de chêne	kg	0,100		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- sucre		PM		
***Remarque** : Les quantités varient selon le nombre de légumes proposés. Il faut environ 0,200 kg à 0,250 kg de légume brut par personne.*				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 50 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Eplucher, laver et égoutter tous les légumes - 25 min
- Citronner le céleri-rave.
- Laisser tremper le chou dans l'eau vinaigrée.
- Araser les radis côté racine, gratter légèrement et ne laisser que 2 à 3 cm de tige.

3. Réaliser la sauce rémoulade pour le céleri-rave - 10 min *(voir p. 300)*
- Réunir dans une petite calotte le jaune d'œuf, le sel, le piment de Cayenne, la moutarde et le vinaigre.
- Incorporer progressivement l'huile en remuant à l'aide d'un petit fouet.
- Vérifier l'assaisonnement (la sauce mayonnaise doit être fortement moutardée).

4. Tailler les légumes - 35 min *(voir p. 12, 55 à 77)*
- Découper le céleri en quartiers. Emincer à l'aide d'une mandoline. Tailler les lamelles en julienne. Incorporer la julienne à la sauce rémoulade et mélanger soigneusement.
- Couper le concombre en deux dans le sens de la longueur. Eliminer les graines si nécessaire et l'émincer finement. Saupoudrer de sel fin et laisser dégorger.
- Effeuiller le chou, éliminer les côtes. Superposer et tailler les feuilles en julienne. Saupoudrer de sel fin et laisser dégorger.
- Pratiquer de même pour le chou rouge et l'arroser de vinaigre bouillant.
- Monder et découper les tomates en quartiers.
- Tronçonner et émincer les carottes à la mandoline. Tailler les lamelles en julienne.

5. Préparer les éléments de finition - 15 min
- Eplucher, laver et ciseler finement l'oignon et l'échalote.
- Laver, équeuter, essorer et hacher le persil.
- Laver, effeuiller et hacher le cerfeuil.
- Laver et ciseler la ciboulette.
- Eplucher et laver soigneusement la laitue.
- Presser le citron et réserver le jus dans un ramequin.

6. Confectionner la sauce vinaigrette - 5 min *(voir p. 298)*
- Verser 0,05 l de vinaigre dans une petite calotte.
- Dissoudre le sel et ajouter le poivre du moulin.
- Ajouter 0,15 l d'huile, progressivement, en remuant à l'aide d'un petit fouet.
- Vérifier l'assaisonnement.

7. Assaisonner les crudités (au moment de l'envoi) - 10 min
- Egoutter le concombre (le rincer s'il est trop salé). Ajouter une partie de la sauce vinaigrette et la ciboulette ciselée. Le concombre peut être assaisonné avec de la crème acidulée.
- Egoutter et presser le chou blanc (rincer si nécessaire). Ajouter une partie de la sauce vinaigrette et mélanger ; le chou rouge est assaisonné uniquement avec de l'huile, du sel et du poivre.
- Arroser les quartiers de tomates avec le reste de la sauce vinaigrette. Mélanger délicatement.
- Assaisonner les carottes avec le jus de citron, du sel, du poivre, une pincée de sucre et le reste de l'huile. Ajouter un peu de persil et d'ail haché (facultatif) et d'échalotes ciselées.

8. Dresser les crudités - 10 min
- Vérifier l'assaisonnement et dresser.
- Chemiser les raviers avec des feuilles de laitue.
- Dresser les légumes séparément.
- Parsemer les tomates d'oignons ciselés ou en anneaux.
- Essuyer soigneusement les bords et servir frais.



Crudités variées

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte
- 6 petites calottes ou légumiers
- 1 planche à découper
- 1 mandoline ou un coupe-légumes
- 1 petit fouet à sauce
- 1 presse-citron

Matériel de dressage :

- raviers à hors-d'œuvre
- grand plateau
- papier gaufré
  ou
- grandes assiettes de base
  ou
- grand plat sabot, dessous de plat et papier gaufré

PLATS SIMILAIRES

Copeaux de carottes au pamplemousse

- Emincer en copeaux des jeunes carottes, les saler, les poivrer, les citronner et les assaisonner uniquement à l'huile.
- Dresser en dôme en assiette et décorer avec des segments de pamplemousse pelé à vif.
- Décorer de pluches de cerfeuil.

Chou blanc aux lardons

- Traiter le chou blanc comme dans la recette de base.
- Au moment d'envoyer, disperser dessus des lardons fumés sautés à l'huile.
- Saupoudrer de noix concassées et de persil haché.

Chou rouge aux reinettes

- Traiter le chou comme dans la recette de base, au moment de l'assaisonner, ajouter une brunoise de pommes reinettes citronnée.

Coleslaw

- Emincer très finement 2/3 de chou blanc, le laisser dégorger avec un peu de sel fin, puis le presser fortement.
- Râper 1/3 de carottes et les sucrer légèrement.
- Assaisonner avec de la sauce mayonnaise douce et légèrement sucrée. (*Peut comporter de l'oignon émincé, des zestes et du jus d'orange).*

CHAMPIGNONS BLANCS À LA CRÈME

1. Préparer les champignons

- Eplucher et laver rapidement 1 kg de champignons de Paris.
- Les émincer finement en les arrosant au fur et à mesure de jus de citron.

2. Confectionner la sauce

- Assaisonner 0,15 l de crème et la fouetter légèrement pour la rendre mousseuse.
- Ajouter dans les champignons une échalote ciselée ou un bottillon de ciboulette ciselée.

3. Les assaisonner avec la crème

4. Dresser

- Dresser l'ensemble à l'assiette sur des feuilles de Trévise.
- Décorer avec des brins de ciboulette.
- Servir frais.

***Remarque :** Cette sauce convient également aux concombres. On peut décorer avec des feuilles de menthe fraîche.*



Salade «fraîcheur»



MACÉDOINE DE LÉGUMES MAYONNAISE

Mélange de différents légumes cuits à l'anglaise et assaisonnés avec de la sauce mayonnaise. La macédoine de légumes est généralement présentée avec des quartiers de tomates mondées et des quartiers d'œufs durs. Elle entre dans la composition de la garniture «à la parisienne» (saumon froid, cornet de jambon à la parisienne).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- carottes	kg	0,600		
- navets	kg	0,400		
- haricots verts	kg	0,200		
- petits pois écossés (surgelés)	kg	0,200		
Sauce mayonnaise				
- œufs (jaunes)	pièce	2		
- moutarde	kg	0,020		
- huile	l	0,30		
- vinaigre	l	PM		
Décor				
- laitue	pièce	1/2		
- tomates «garniture»	pièce	2		
- œufs	pièce	2		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 10 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			10 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les éléments de base de la macédoine - 10 min *(voir chapitre «les légumes»)*
- Eplucher les carottes à l'économe, laver et égoutter.
- Eplucher les navets au couteau d'office, laver et égoutter.
- Effiler et laver les haricots verts.

3. Tailler les carottes et les navets en petits dés de 4 à 5 mm de section (les haricots verts sont généralement découpés après cuisson) - 15 min

4. Marquer les légumes en cuisson - 10 min *(voir p. 376)*
- Cuire à l'anglaise les petits pois à l'état congelé.
- Cuire à l'anglaise les autres légumes séparément (dans une grande quantité d'eau bouillante salée au gros sel).
- Rafraîchir et égoutter soigneusement.

5. Préparer les éléments de décor - 10 min
- Durcir les œufs 10 min à l'eau bouillante *(voir chapitre «les œufs»).*
- Eliminer le pédoncule et monder les tomates.
- Eplucher et laver soigneusement la laitue.
- Rafraîchir et écaler les œufs.

6. Confectionner la sauce mayonnaise - 10 min *(voir p. 300)*
- Réunir dans une petite calotte en inox les jaunes d'œufs, le sel, le piment de Cayenne, la moutarde et le vinaigre.
- Incorporer progressivement l'huile en remuant à l'aide d'un petit fouet.
- Vérifier l'assaisonnement.

7. Lier la macédoine - 5 min
- Découper les haricots verts en tronçons de 4 à 5 mm de longueur (s'ils n'ont pas été tronçonnés avant la cuisson).
- Egoutter soigneusement, puis réunir les légumes dans une calotte.
- Ajouter la sauce mayonnaise.
- Mélanger délicatement.
- Vérifier l'assaisonnement.

8. Dresser la macédoine - 5 min
- Découper les œufs durs et les tomates en quartiers et saler légèrement.
- Chemiser les bords du ravier ou du légumier avec des feuilles de laitue.
- Dresser la macédoine en dôme et lisser à la spatule.
- Disposer en intercalant les quartiers d'œufs durs et de tomates.
- Lustrer légèrement le côté chair des quartiers de tomates avec un peu d'huile en utilisant un pinceau.

***REMARQUE :** Les légumes peuvent être également cuits à la vapeur ou au polycuiseur.*



Macédoine de légumes mayonnaise

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte
- 1 petite calotte
- 1 planche à découper
- 1 petite passoire
- 1 petit fouet à sauce

Matériel de cuisson :

- 4 petites russes

Matériel de dressage :

- raviers à hors-d'œuvre
  ou
- légumiers
- sous-bols ronds
- papier gaufré

PLATS SIMILAIRES

Tomate farcie macédoine

- Tomate évidée, salée, dégorgée, puis garnie de macédoine de légumes mayonnaise.

Tomate moscovite

- Comme précédemment en ajoutant du thon émietté dans la macédoine.

Coquille de saumon à la parisienne

- Garnir les coquilles avec la macédoine de légumes à la mayonnaise.
- Disposer sur le dessus un morceau de saumon poché, lustré à la gelée.
- Décorer harmonieusement.

Croustillant de crabe à la parisienne

- Foncer des petits moules à brioches avec des feuilles de bricks doublées. Dorer et dessécher au four.
- Garnir avec de la macédoine de légumes mayonnaise additionnée de chair de crabe.
- Décorer avec une pince de crabe lustrée à la gelée.

REMARQUE : La macédoine de légumes mayonnaise taillée très finement (3 mm de section) est principalement utilisée pour garnir des petites tomates évidées, des tronçons de concombre dégorgés, des petits fonds d'artichauts… Ces éléments servent principalement de garniture à des poissons pochés servis froids, dits «à la parisienne».

MÉDAILLONS DE LANGOUSTE À LA PARISIENNE

- Réaliser la macédoine de légumes sauce mayonnaise.
- Répartir équitablement la macédoine dans chaque assiette en utilisant un cercle à entremets de 8 cm de diamètre.
- Lustrer à la gelée claire les médaillons de langouste (0,080 kg par personne).
- Disposer les médaillons de langouste en rosace sur les socles de macédoine.
- Placer au centre des médaillons quelques œufs de saumon ou d'esturgeon.



Médaillons de homard à la parisienne



LÉGUMES À LA GRECQUE

Différents légumes cuits dans un liquide à base d'huile d'olive, de jus de citron et de vin blanc, fortement aromatisé et condimenté, refroidis et servis avec le jus de cuisson réduit en guise d'assaisonnement.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- champignons de Paris	kg	1,200		
ou				
- artichauts (16 x 0,250 kg)	kg	4		
ou				
- chou-fleur sans les feuilles	kg	1,200		
ou				
- courgettes	kg	1,200		
- gros oignons	kg	0,200		
ou				
- petits oignons (grelots)	kg	0,200		
- huile d'olive	l	0,10		
- vin blanc	l	0,10		
- citron	pièce	2		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail (facultatif)	gousse	2		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre en grains		PM		
- coriandre		PM		
Décor (facultatif)				
- citron	pièce	1/2		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*45 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*10 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les légumes - 25 min
- Eplucher, laver, ciseler finement les oignons, ou éplucher et laver les petits oignons.
- Confectionner le bouquet garni.
- Eplucher, laver et éliminer le germe des gousses d'ail.
- Presser le citron et réserver le jus dans un petit ramequin.
- Envelopper dans une mousseline ou dans une «gaze hydrophile» les 2/3 des grains de poivre et de coriandre, et les gousses d'ail.
- Ficeler hermétiquement le «sac aromatique» (cette technique facultative évite au client d'avoir l'intégralité des graines dans son assiette).
- Eplucher, laver soigneusement et escaloper les champignons (il est possible de réserver et de tourner les plus belles têtes),
  ou
- Tourner, éliminer le «foin», laver, citronner et escaloper les fonds d'artichauts,
  ou
- Laver, tronçonner et tourner les courgettes,
  ou
- Eplucher, détailler en petits bouquets et laver les choux-fleurs.

3. Marquer les légumes en cuisson - 10 min
- Suer à l'huile d'olive, dans une grande sauteuse, les oignons ciselés ou les petits oignons.
- Ajouter les champignons escalopés ainsi que les têtes tournées ou, suivant les cas, les artichauts, les courgettes ou les choux-fleurs.
- Joindre le jus de citron, le vin blanc, le bouquet garni, le «sac aromatique» et le reste des grains de poivre et de coriandre.
- Saler au sel fin.
- Pour les légumes autres que les champignons, ajouter un peu d'eau.
- Couvrir et porter l'ensemble rapidement à ébullition.
- Cuire rapidement pendant 5 à 6 min pour les champignons, 10 à 12 min pour les courgettes, 20 à 25 min pour les artichauts et les choux-fleurs.
- Enlever le couvercle en fin de cuisson.
- Réduire rapidement l'eau de végétation des légumes si nécessaire.
- Emulsionner la cuisson : elle doit être courte et onctueuse.
- Eliminer le bouquet garni et le sac aromatique.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Débarrasser.

4. Dresser les légumes à la grecque - 5 min
- Enrober soigneusement les légumes dans leur cuisson pour les faire briller.
- Les dresser harmonieusement en raviers.
- N'ajouter les têtes de champignons tournées que sur les champignons.
- Décorer facultativement avec des demi-rondelles de citron cannelées.

REMARQUE : Cette technique est une proposition de base qui peut être modifiée par l'adjonction de tomate concassée ou de sauce tomate, de céleri, de fenouil, de curry ou de safran. D'autres légumes peuvent être traités selon le même principe (poireaux, céleri, petits oignons, bryones, gombos, etc.).



Assortiment de légumes à la grecque

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte ou 1 grand bahut
- 1 planche à découper

Matériel de cuisson :

- 1 grande sauteuse ou 1 grand sautoir
- 1 couvercle

Matériel de dressage :

- raviers à hors-d'œuvre
  ou
- plats creux ovales
- dessous de plats ovales
- papier gaufré
- assiettes de base

PLATS SIMILAIRES

Chou-fleur à la hongroise

1. Cuire le chou-fleur

- Eplucher 2,5 kg de choux-fleur et lever les grosses sommités.
- Dans une sauteuse, faire suer 0,150 kg d'oignons ciselés avec 0,05 l d'huile d'olive.
- Saupoudrer de 2 cuillerées à soupe de paprika, ajouter le chou-fleur, 0,20 l de vin blanc, le jus d'un citron et juste assez d'eau pour tout recouvrir.
- Saler, poivrer, ajouter 1 bouquet garni, quelques grains de coriandre et 2 gousses d'ail écrasées.
- Laisser cuire 20 min à petite ébullition.

2. Terminer le chou-fleur

- S'assurer de sa cuisson.
- L'égoutter dans un plat et faire réduire le jus de cuisson.
- Une fois le jus sirupeux, le verser sur les légumes et laisser refroidir.

3. Dresser

- Dresser à l'assiette. Saupoudrer d'une brunoise fine de poivrons multicolores mondés.

Courgettes et raisins secs au curry

- Tourner les courgettes en laissant un passage de peau.
- Les traiter à la grecque avec des raisins secs et du curry.
- Ajouter quelques filaments de safran.

Christophines au safran pays

- Eplucher et tourner les christophines, les traiter à la grecque avec un peu de safran pays (curcuma).
- Parsemer de cives ciselées à l'envoi.

ACHARDS DE LÉGUMES
(CAROTTE, CHOU, CHOU-FLEUR, HARICOTS VERTS)

1. Mettre en place le poste de travail

2. Eplucher, laver et tailler les légumes

- Tailler les carottes en bâtonnets réguliers.
- Emincer grossièrement le chou.
- Séparer le chou-fleur en petits bouquets.
- Partager les haricots verts en deux dans le sens de la longueur.
- Emincer finement les oignons et écraser les gousses d'ail.

3. Piler l'ail avec du gros sel, du gingembre et un petit piment, réserver

4. Sauter les légumes séparément avec un peu d'huile

- Ne pas les cuire, les attendrir simplement durant quelques minutes.
- Les débarrasser puis les laisser refroidir.

5. Terminer les achards

- Suer les oignons émincés à feu doux avec un peu d'huile.
- Ajouter le mélange pilé puis saupoudrer de curcuma et laisser mijoter durant quelques minutes.
- Ajouter les légumes refroidis puis un filet de vinaigre ou de jus de citron.
- Mélanger délicatement, filmer et réserver en enceinte réfrigérée durant quelques heures.

6. Dresser



Assortiment de petits légumes athéniens



SALADE FAÇON NIÇOISE

Salade mélangée composée de différents légumes crus et cuits, de thon, d'œufs durs, d'anchois et d'olives, assaisonnée avec une vinaigrette à l'huile d'olive. La salade est dressée sur un lit de laitue ou de mesclun.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- pommes de terre à chair ferme	kg	0,600		
- haricots verts fins	kg	0,600		
- tomates «garniture»	kg	0,600		
- poivrons	kg	0,200		
- thon à l'huile	kg	0,200		
Sauce vinaigrette				
- vinaigre de vin	l	0,08		
- huile d'olive	l	0,20		
Décor				
- laitue	pièce	1/2		
ou				
- mesclun	kg	0,200		
- œufs	pièce	2		
- olives (violettes de Nice)	pièce	16		
- filets d'anchois à l'huile	pièce	16		
Finition (facultatif)				
- persil		PM		
- cerfeuil		PM		
- estragon		PM		
- basilic		PM		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 20 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			25 à 30 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les éléments de base de la salade - 30 min
- Laver, brosser et rincer soigneusement les pommes de terre. Les marquer en cuisson, à couvert, pendant 25 à 30 min (départ eau froide). Saler au gros sel. Rafraîchir légèrement et éliminer la peau des pommes de terre.
- Effiler, laver et tronçonner les haricots verts en bâtonnets de 3 cm de longueur. Les cuire à l'anglaise, rafraîchir à l'eau glacée et égoutter.
- Eliminer le pédoncule, monder, rafraîchir et peler les tomates.
- Laver et éliminer le pédoncule et les graines des poivrons.

3. Préparer les éléments de décor et de finition - 20 min
- Durcir, rafraîchir et écaler les œufs.
- Eplucher et laver soigneusement la laitue ou trier et laver le mesclun.
- Dénoyauter les olives.
- Si nécessaire, séparer en deux les filets d'anchois trop larges.
- Laver, équeuter, essorer et hacher le persil.
- Effeuiller et hacher les fines herbes.

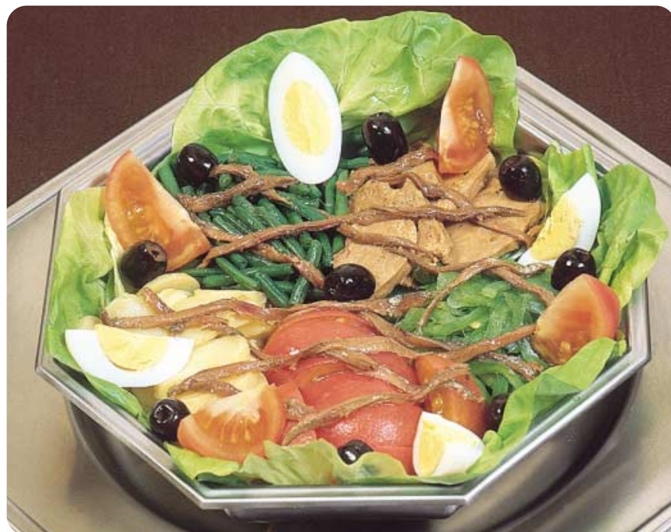
4. Découper les éléments de base et de décor - 10 min
- Emincer les pommes de terre en rondelles de 3 mm d'épaisseur.
- Emincer finement les poivrons en julienne.
- Découper les tomates en quartiers et les faire dégorger (saupoudrer de sel fin).
- Découper les œufs durs en quartiers.
- Emietter légèrement le thon.

5. Confectionner la sauce vinaigrette - 5 min *(voir p. 298)*
- Verser le vinaigre dans une petite calotte.
- Dissoudre le sel et ajouter le poivre du moulin.
- Ajouter progressivement l'huile en remuant à l'aide d'un petit fouet.
- Vérifier l'assaisonnement.

6. Assaisonner séparément tous les éléments de base de la salade - 5 min

7. Dresser la salade niçoise - 10 min
- Chemiser le ou les saladiers avec des feuilles de laitue.
- Ranger séparément les éléments de base de la salade en variant les couleurs.
- Quadriller la salade avec des filets d'anchois.
- Disposer harmonieusement les quartiers d'œufs durs assaisonnés.
- Intercaler les éléments de décor avec les olives.
- Parsemer de fines herbes (facultatif).

REMARQUE : La salade niçoise peut renfermer également des câpres ainsi que des cébettes finement ciselées. Selon la saison elle peut comporter des petits artichauts violets crus et des petites fèves fraîchement cueillies.



Salade façon niçoise

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte
- 1 petite calotte
- 1 passoire
- 1 planche à découper
- 1 petit fouet
- 1 coupe-œufs

Matériel de cuisson :

- 2 russes moyennes
- 1 petite russe

Matériel de dressage :

- grands saladiers sous-bols
  ou
- bols individuels
- papiers gaufrés

PLATS SIMILAIRES

Salade tourangelle

Salade de haricots verts, de flageolets frais et de pommes de terre, cuits à l'anglaise.

- Assaisonner avec de la sauce mayonnaise crémée à l'estragon.
- Dresser sur un lit de laitue.
- Décorer avec des quartiers de tomates mondées.

Salade de cocos frais aux coquillages

Cocos frais cuits à l'anglaise avec oignons piqués, carottes et bouquet garni.

- Garnir avec des moules ébarbées, des coques et des palourdes.
- Assaisonner avec de la sauce vinaigrette au vinaigre balsamique et à l'huile d'olive additionnée de beurre fondu et de la cuisson des coquillages.
- Dresser sur assiettes avec 3 palourdes, 3 coques, 3 moules avec coquilles et des triangles de quartiers de tomates confites.
- Disposer un bouquet de pluches de cerfeuil au centre de l'assiette.

Salade de haricots blancs à l'andalouse

Salade composée de cocos frais cuits à l'anglaise, d'une brunoise de tomates mondées et de poivrons multicolores.

- Assaisonner avec de la sauce vinaigrette à l'huile d'olive au basilic.
- Dresser sur un lit de laitue.
- Décorer avec des rondelles fines d'oignons blancs.

Salade piémontaise

Mélange de pommes de terre, de jambon, de cornichons, de dés de tomates mondées et d'œufs durs.

- Assaisonner avec de la sauce mayonnaise.

Salade strasbourgeoise

- Disposer sur une corolle de laitue, du gruyère détaillé en petits bâtonnets, des oignons blancs finement ciselés et un petit cervelas alsacien partagé en deux dans le sens de la longueur (sans la peau) et dont la partie bombée est incisée (quadrillée) régulièrement.
- Assaisonner avec une sauce vinaigrette au «vinaigre Melfor*» bien relevée et moutardée à la moutarde alsacienne.
- Décorer avec des quartiers d'œufs durs, de tomates et saupoudrer sans excès avec du persil fraîchement haché.

**Melfor : Vinaigre doux d'alcool à 4° acétique aromatisé au miel et à l'infusion de plantes et de colorant à base de caramel.*

***REMARQUE** : En collectivité il est fréquent de servir une salade dite «strasbougeoise» composée de dés de pommes de terre, de gruyère, d'oignons ciselés et de Knacks en rondelles assaisonnée d'une sauce vinaigrette moutardée.*

SALADE «FAÇON» LYONNAISE

- Pocher 0,400 kg de saucisson durant 30 min à 85 °C.
- Eplucher, laver soigneusement et égoutter 0,200 kg de pissenlit, 1 frisée à grosses côtes et 0,200 kg de trévise.
- Tailler 0,400 kg de poitrine de porc fumée en petits lardons et les blanchir, puis les sauter sans les dessécher.
- Tailler 0,200 kg de pain de mie en petits croûtons. Les sauter puis les égoutter sur du papier absorbant.
- Pocher 8 œufs extra-frais dans de l'eau vinaigrée, les rafraîchir et les ébarber.
- Réaliser une sauce vinaigrette avec 0,05 l de vinaigre de xérès et 0,15 l d'huile de noix.
- Assaisonner les salades avec la vinaigrette, ajouter les lardons, les croûtons, les rondelles de saucisson et un œuf poché par personne.
- Parsemer d'échalotes ciselées et de pluches de cerfeuil.



Salade lyonnaise



AVOCATS AUX CREVETTES

Demi-avocats garnis avec des crevettes décortiquées, liées avec de la sauce cocktail (sauce mayonnaise additionnée de tomato ketchup, cognac et relevée d'une pointe de piment de Cayenne ou de tabasco).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- avocats mûrs à point	pièce	4		
- citron	pièce	1		
- crevettes roses décortiquées	kg	0,400		
Sauce coktail				
- œufs (jaunes)	pièce	2		
- moutarde	kg	0,020		
- huile	l	0,20		
- vinaigre	l	PM		
- cognac	l	0,02		
- tomato ketchup	l	0,04		
- sauce anglaise (facultatif)	l	PM		
Décor				
- olives noires	pièce	8		
- tomates «garniture»	pièce	2		
- persil	kg	0,020		
- pluches de cerfeuil		PM		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***40 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la sauce cocktail – 10 min
- Réunir dans une petite calotte en inox les jaunes d'œufs, le sel, le piment de Cayenne, la moutarde et le vinaigre.
- Incorporer l'huile progressivement en remuant à l'aide d'un petit fouet à sauce.
- Serrer fermement la sauce mayonnaise.
- Ajouter le cognac, le tomato ketchup et un trait de sauce anglaise (Worcestershire sauce).
- Relever facultativement avec quelques gouttes de tabasco.
- Vérifier l'assaisonnement.

3. Préparer les crevettes et les avocats - 15 min
- Découper la moitié des crevettes en «salpicon».
- Réserver la seconde moitié pour le décor.
- Laver, essuyer et couper les avocats en deux dans le sens de la longueur.
- Eliminer les noyaux.
- Extraire délicatement la chair à l'aide d'une cuillère à potage.
- Découper en petits dés d'1 cm de section (ou lever des boules de chair à l'aide d'une cuillère à pommes noisettes).
- Assaisonner et citronner afin de limiter l'oxydation.

4. Lier les avocats - 5 min
- Réunir dans une calotte la chair des avocats, le salpicon des crevettes et les 2/3 de la sauce cocktail.
- Mélanger délicatement.
- Vérifier l'assaisonnement.

5. Dresser les avocats - 5 min
- Remplir les moitiés d'avocats avec le mélange.
- Napper avec le reste de sauce cocktail.
- Décorer avec le reste de crevettes, les quartiers de tomates mondées, les olives noires et le cerfeuil.
- Disposer harmonieusement les demi-avocats sur un plat rond recouvert d'un papier gaufré.
- Placer un bouquet de persil en branches au centre du plat.

REMARQUE : Les crevettes liées avec la sauce cocktail peuvent être placées à l'intérieur des demi-avocats. Dans ce cas les demi-avocats doivent être citronnés et assaisonnés au préalable.



Avocats aux crevettes

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte
- 1 petite calotte
- 1 planche à découper
- 1 petit fouet à sauce

Matériel de dressage :

- grands plats plats ronds
- papiers gaufrés ou serviettes
  ou
- assiettes de base ou à entremets

PLATS SIMILAIRES

Avocats au crabe

- Voir recette de base en remplaçant les crevettes par de la chair de crabe.

Avocats aux langoustines

- Remplacer les crevettes par des queues de langoustines décortiquées.

Avocats aux agrumes

- Emincer des demi-avocats pelés, les citronner et les ranger en rosace, en alternance avec des segments d'orange et pamplemousse.
- Assaisonner avec de la crème acidulée au citron vert.

Médaillons de langouste à la mousse d'avocat

Médaillons de langouste lustrés à la gelée, disposés sur un tampon de mousse d'avocat et décorés avec des segments de tomates confits et des pluches de cerfeuil.

Aumônière de saumon aux crevettes et à l'avocat

- Garnir des grandes tranches de saumon marinées, taillées très fines, avec une brunoise d'avocat et des crevettes liées à la sauce cocktail.

MOUSSE D'AVOCAT AUX ÉCREVISSES, COULIS DE TOMATES

1. Confectionner la mousse d'avocat

- Mixer la chair de 4 avocats avec un jus de citron, du sel et du piment de Cayenne.
- Faire tremper et fondre 2 feuilles de gélatine.
- Monter 0,20 l de crème fleurette.
- Terminer la mousse en mélangeant délicatement la purée d'avocat, la gélatine fondue et la crème fouettée.
- Vérifier l'assaisonnement et réserver au froid.

2. Confectionner un coulis de tomates *(voir p. 299)*

- Réaliser un coulis avec 0,800 kg de tomates.

3. Préparer les écrevisses

- Châtrer et cuire 24 écrevisses au court-bouillon.
- Décortiquer les queues en conservant les têtes et les pinces.

4. Dresser

- Napper une assiette de coulis froid, y déposer 3 belles quenelles de mousse d'avocat façonnées à la cuillère.
- Intercaler avec les écrevisses.
- Lustrer les coffres des écrevisses, décorer de cerfeuil et servir frais.



Avocat aux crevettes roses



Mousse d'avocat aux écrevisses, coulis de tomates



ASPERGES SAUCE MOUSSELINE

Asperges cuites à l'eau ou à la vapeur, servies tièdes, accompagnées d'une sauce hollandaise allégée avec de la crème fouettée.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- asperges blanches (0,400 kg par personne)	kg	3,200		
- Sauce mousseline				
- œufs (jaunes)	pièce	4		
- beurre	kg	0,250		
- citron	pièce	1/2		
- crème liquide	l	0,05		
Décor				
- persil	kg	0,020		
- tomates «garniture»	pièce	2		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
Coût matières pour 8 couverts			…… €	
Coût matières pour 1 couvert			…… €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 05 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*15 à 20 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Clarifier le beurre - 2 min

3. Eplucher les asperges - 30 min *(voir p. 45)*
- Maintenir les asperges bien à plat sur un plan de travail.
- Eplucher à l'aide d'un couteau économe en partant du haut et sans toucher à la pointe.
- Raccourcir les bases.
- Laver délicatement et égoutter.
- Regrouper les asperges par grosseur (dans le cas d'asperges non calibrées).
- Botteler et ficeler soigneusement. Chaque botte doit correspondre à une portion.
- Egaliser les tiges.

4. Marquer les asperges en cuisson - 3 min
- Cuire les asperges à l'anglaise dans une grande quantité d'eau bouillante et salée, à raison de 0,010 kg de gros sel par litre d'eau.
- Maintenir la cuisson pendant 15 à 20 min suivant la grosseur des asperges.

5. Confectionner la sauce hollandaise - 10 min *(voir p. 308)*
- Clarifier les œufs.
- Mettre les jaunes d'œufs dans une petite sauteuse.
- Ajouter 0,02 l d'eau froide.
- Porter très lentement sur un feu doux en fouettant énergiquement jusqu'à ce que la température atteigne 50 à 55 °C (les œufs doivent avoir une consistance mousseuse et chaque coup de fouet doit laisser apercevoir le fond de la sauteuse).
- Retirer le récipient du feu et ajouter le sel et le piment de Cayenne.
- Incorporer progressivement le beurre clarifié et décanté.
- Passer la sauce au chinois étamine dans un petit bain-marie en inox.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Corner les bords du récipient, couvrir et réserver la sauce dans un endroit tiède (40 à 45 °C).

6. Préparer le persil en branches - 5 min

7. Terminer la sauce mousseline - 5 min
- Aciduler la sauce hollandaise avec le jus d'un demi-citron.
- Fouetter la crème et l'incorporer délicatement à la sauce.

8. Dresser les asperges - 5 min
- Egoutter délicatement les asperges.
- Enlever la ficelle.
- Ranger harmonieusement les asperges sur le plat recouvert d'une serviette en protégeant les pointes.
- Disposer les éléments de décoration (persil en branches, rose en tomate, éventuellement).
- Dresser la sauce à part en saucière.

REMARQUES :
- ***Surveiller attentivement la cuisson des asperges (trop cuites, elles perdent leur saveur et acquièrent un goût aqueux). Lorsque les asperges sont servies froides, elles doivent être rafraîchies.***
- ***Les asperges peuvent être cuites placées debout dans un récipient haut, de manière à ce que les têtes ne soient pas immergées. Celles-ci restent plus fermes et moins fragiles.***
- ***La sauce hollandaise doit être réalisée dans le délai le plus rapproché du service, les restes invendus ne doivent pas être réutilisés.***



Asperges sauce mousseline

Matériel de préparation :
- 3 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper

Matériel de cuisson :
- 1 grand rondeau haut

Matériel de dressage :
- grands plats longs, papier gaufré ou serviettes
- saucières, dessous de saucières et papier gaufré

PLATS SIMILAIRES

Asperges d'Argenteuil, sauce vinaigrette aux herbes
- Cuire à la vapeur, refroidir et servir avec une vinaigrette agrémentée de fines herbes ciselées.

Asperges au beurre de ciboulette
- Cuire à l'anglaise, servir tièdes avec un beurre blanc additionné de ciboulette ciselée.

Blancs de poireaux, sauce gribiche
- Cuire les blancs de poireaux à l'anglaise, les rafraîchir partiellement et les égoutter.
- Servir avec une sauce mayonnaise aux œufs durs additionnée de fines herbes, de câpres et de cornichons hachés et d'une julienne courte de blancs d'œufs durs.

Panaché de choux, sauce mousquetaire
- Choux-fleurs, brocolis ou romanesco cuits à l'anglaise.
- Servir tiède avec une sauce mayonnaise additionnée d'échalotes ciselées réduites au vin blanc, de glace de viande et de ciboulette ciselée.

FEUILLETÉS D'ASPERGES AUX PERLES ROSES

1. Confectionner les feuilletés
- Réaliser un feuilletage avec 0,250 kg de farine, 0,005 kg de sel, 0,125 l d'eau et 0,190 kg de beurre *(voir p. 494).*
- Abaisser, tailler 8 abaisses rectangulaires de 8 x 4 cm, les dorer, les quadriller et laisser reposer 1 heure au froid.
- Dorer à nouveau.
- Cuire les feuilletés 20 min à 230 °C.
- Après cuisson, les ouvrir en deux dans le sens de l'épaisseur et réserver au chaud.

2. Préparer les asperges
- Peler 2,400 kg d'asperges, les laver, les botteler et les cuire comme dans la recette de base.
- Les égoutter et les maintenir au chaud.

3. Confectionner 0,250 kg de beurre fondu *(voir p. 304)*
- Ajouter dans ce beurre le jus d'un demi-citron ainsi que 0,050 kg d'œufs de saumon (attention au sel).

4. Dresser
- Dresser les asperges dans les feuilletés en laissant dépasser les pointes.
- Napper le fond des assiettes avec la sauce, poser les feuilletés, lustrer avec un peu de beurre et servir très chaud.



Feuilleté d'asperges aux perles roses



MELON FRAPPÉ NATURE ET COCKTAIL DE MELON

Petits melons individuels ou demi-melons évidés, rafraîchis et servis avec du porto blanc, du madère, du cherry, du marsala ou du muscat…

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- melons individuels (8 x 0,400 kg)	kg	3,200		
ou				
- pour les demi-melons (4 x 0,600 à 0,700 kg)	kg	2,400 à 2,800		
Finition				
- porto blanc	l	0,20		
ou				
- madère	l	0,20		
ou				
- marsala	l	0,20		
ou				
- muscat	l	0,20		
ou				
- marasquin	l	0,20		
Dressage				
- glace pilée		PM		
Coût matières pour 8 couverts			…… €	
Coût matières pour 1 couvert			…… €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			25 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

MELON FRAPPÉ

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation et de dressage.
- Choisir uniquement des melons mûrs à point et très parfumés.
- Les laver, les essuyer, puis les rafraîchir en enceinte réfrigérée spécifique ou les placer dans une boîte hermétique à + 4 + 6 °C durant plusieurs heures avant de les consommer.

2. Evider les melons - 15 min *(voir p. 147)*
- Pratiquer une petite entame à la base du fruit, du côté de l'œil pistilaire, ceci pour le stabiliser en lui donnant une meilleure assise (sauf s'il est dressé en coupe ou en rafraîchissoir).
- L'inciser régulièrement côté pédoncule (queue) à l'aide de la pointe d'un couteau d'office pour dégager un couvercle (un petit repère peut être pratiqué afin de replacer le couvercle au bon endroit). Le melon peut être coupé droit ou historié en dents de loup, en forme de cœur ou de trèfle à quatre feuilles.
- Retirer à l'aide d'une cuillère à entremets toutes les graines et les filaments.
- Replacer le couvercle au bon endroit en s'aidant du petit repère.

3. Dresser les melons - 5 min
- Les dresser immédiatement sur un lit de glace pilée ou les stabiliser en les dressant sur un plat recouvert d'une serviette pliée.

COCKTAIL DE MELON

1. Préparer les melons comme ci-dessus

2. Evider les melons
- Les évider à l'aide d'une cuillère à pommes noisettes en s'efforçant de réaliser de petites boules bien rondes et parfaitement régulières.
- Veiller à ne pas percer la base du melon.
- Replacer soigneusement les boules de melon dans le melon évidé et remettre le couvercle ; il peut être légèrement entrouvert pour laisser apercevoir les boules de melons.

3. Dresser les melons
- Dresser immédiatement, soit dans un rafraîchissoir sanglé avec de la glace pilée, soit sur un plat recouvert d'une serviette pliée.
- Le vin est généralement ajouté devant le client (porto blanc, madère, marsala, muscat, xérès, frontignan, tokay, sauternes,…).

REMARQUE : Sucré très légèrement au sucre semoule, le melon peut être servi en dessert. Dans ce cas, le proposer avec du kirsch ou du marasquin. Il peut être accompagné d'une boule de sorbet au melon ou à l'orange, choisir de préférence les variétés «charentais» et «philibon» de Guadeloupe.



Présentations de melons

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 1 petite calotte
- 1 planche à découper
- 1 cuillère à pommes noisettes

Matériel de dressage :

- grands plats ronds avec serviettes
  ou
- assiettes de base avec rafraîchissoirs

PLATS SIMILAIRES

Melon au saumon mariné

- Préparer un melon en tranches comme pour le melon à l'italienne.
- Remplacer le jambon de Parme par de fines tranches de saumon cru mariné.

Melon au magret fumé

- Détailler le melon en tranches et le dresser sur assiette avec de fines tranches de magret fumé.

Cocktail de melon glacé au porto

- Boules de melon et de pastèque levées à la cuillère à pommes noisettes, saupoudrées très légèrement de sucre semoule et accompagnées d'un granité au porto (sorbet à teneur en sucre réduite).

Melon frappé au sauternes

- Porter le sauternes à ébullition avec un soupçon de cannelle, de vanille et de girofle.
- Ajouter les boules de melon et retirer immédiatement du feu.
- Refroidir rapidement dans le vin.
- Garnir les écorces du melon et dresser sur glace pilée.

Soupe glacée à la pastèque et au melon

- Mixer la chair de la pastèque et la réserver sur glace.
- Réaliser un granité au melon.
- Dresser la pulpe de pastèque dans les assiettes.
- Disposer une quenelle de granité par assiette.
- Parsemer de menthe fraîchement ciselée.

MELON À L'ITALIENNE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Préparer les melons

- Laver et essuyer délicatement deux beaux melons de 1 kg chacun rafraîchis au préalable.
- Les détailler en quartiers de 2 à 3 cm d'épaisseur.
- Oter la peau, les graines et les filaments.

3. Découper le jambon de Parme

- Détailler le jambon en tranches très fines à raison de 2 tranches de 0,040 kg par personne.

4. Dresser le melon à l'italienne

- Disposer les tranches de jambon en forme de vagues sur les assiettes.
- Placer les tranches de melon tout autour.
- Il est également possible de disposer en premier les tranches de melon sur les assiettes réfrigérées et de les recouvrir avec les tranches de jambon.



Melon à l'italienne



TARTARE DE SAUMON

Saumon frais haché cru à la commande, assaisonné avec une sauce mayonnaise à l'huile d'olive et au jus de citron additionnée de ciboulette, d'échalotes ciselées, de câpres et de persil haché.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- Filet de saumon	kg			
Assaisonnement				
- œufs (2 jaunes)	kg	0,040		
- moutarde	kg	0,020		
- citron (1 pièce)	kg	0,120		
- huile d'olive	l	0,20		
- sauce anglaise		PM		
- tabasco		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Garniture				
- échalotes grises	kg	0,080		
- câpres fines	kg	0,080		
- ciboulette	botte	2		
- persil plat	kg	0,040		
Présentation				
- concombre	kg	0,400		
- ciboulette	botte	1		
- aneth	botte	1/2		
Coût matières pour 8 couverts			…… €	
Coût matières pour 1 couvert			…… €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			50 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation et de dressage.
- Laver, désinfecter le plan de travail, la planche à découper et le matériel nécessaire.

2. Préparer la garniture et la réserver en enceinte réfrigérée - 10 min
- Eplucher, laver, ciseler finement les échalotes et un bottillon de ciboulette.
- Laver, équeuter, essorer et hacher le persil plat.
- Hacher les câpres.

3. Préparer les éléments de décor et les réserver en enceinte réfrigérée - 5 min
- Laver, canneler, émincer finement le tronçon de concombre. Le faire dégorger avec un peu de sel fin.
- Tailler le 2ème bottillon de ciboulette en tronçons de 4 cm de longueur.

4. Réaliser la sauce de base - 10 min
- Réaliser une sauce mayonnaise avec les jaunes d'œufs, le jus de citron et l'huile d'olive. Ajouter les échalotes et la ciboulette ciselées, le persil et les câpres hachés.
- Assaisonner avec le sel, le poivre, le tabasco et la sauce anglaise.

5. Hacher le saumon (à la commande) - 5 min
- Oter la peau, les arêtes et toutes les parties noirâtres du filet (graisse).
- Hacher la chair finement à l'aide d'un gros couteau. Utiliser la planche parfaitement désinfectée (si la chair est hachée quelques minutes à l'avance, la filmer et la réserver en enceinte réfrigérée).

6. Réaliser le mélange - 4 min
- Mélanger intimement le saumon haché, la sauce et la garniture.
- Vérifier l'assaisonnement.

7. Dresser les tartares de saumon - 10 min
- Disposer un petit cercle à entremets au centre de chaque assiette.
- Garnir le centre avec le tartare de saumon.
- Lisser soigneusement la surface.
- Festonner le bord intérieur des assiettes avec les demi-lamelles de concombre.
- Décorer avec les brins de ciboulette et les pluches d'aneth.

REMARQUE : Certains professionnels ajoutent du poivre vert, une brunoise de zestes de citron blanchie. Le tartare de saumon peut être accompagné de blinis tièdes masqués de crème aigre fouettée additionnée de ciboulette ou d'aneth ou simplement de pain de mie toasté.



Tartare de saumon

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 2 calottes moyennes
- 1 planche à découper
- 1 petit fouet à sauce

Matériel de dressage :

- assiettes de base

SAUMON MARINÉ (GRAVAD LAX)

1. Lever les filets d'un petit saumon, écailler soigneusement la peau, ôter les petites arêtes. Essuyer les filets avec du papier absorbant sans les faire dégorger, ni les laver.

2. Placer les filets en marinade

- Placer le premier filet dans une plaque, la peau au-dessous.
- Saupoudrer avec 0,070 kg de gros sel et 0,050 kg de sucre semoule pour 1 kg de saumon.
- Ajouter quelques tiges d'aneth ciselées et un peu de mignonnette.
- Reconstituer le saumon en plaçant le deuxième filet sur le premier, la peau sur le dessus.
- Charger les filets en plaçant une plaquette sur le dessus, surmontée d'un poids de 2 kg.
- Laisser mariner en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum durant 48 h.

3. Dresser le saumon mariné

- Le rincer à l'eau glacée et l'essuyer avec du papier absorbant.
- Le détailler en tranches très fines, le dresser sur assiette et le lustrer avec un mélange de jus de citron et d'huile d'olive.
- Parsemer d'aneth fraîchement haché.

REMARQUE :

- *Le gravad lax peut être servi avec une sauce mayonnaise sucrée, fortement moutardée, additionnée d'aneth haché et accompagné de toasts ou de blinis ou de craquottes suédoises. Taillé plus épais, le gravad lax peut être servi en plat principal, accompagné d'épinards sautés ou de pommes vapeur.*

Cette technique s'applique également à d'autres poissons (maquereaux, petits harengs, sardines, truites,...). Si le saumon n'est pas servi immédiatement après la marinade, le badigeonner d'huile d'olive parfumée à l'aneth et l'envelopper hermétiquement dans du film alimentaire.

PLATS SIMILAIRES

Salade norvégienne

- Sur un lit de salades mélangées (frisée, laitue, feuille de chêne), disposer harmonieusement des petits bâtonnets de concombre, de céleri en branches, de champignons de Paris et de pomme fruit.
- Assaisonner avec de la sauce vinaigrette à l'aneth.
- Placer en rosace et en intercalant les couleurs, des tranches fines de saumon et de flétan marinées.
- Parsemer d'airelles bien rouges.

«Charlotte» de saumon cru à l'avocat

- Chemiser des petits cercles à entremets avec des demi-lamelles de concombre cannelé.
- Garnir par couches successives, mousse d'avocat et tartare de saumon.
- Disposer tout autour, un cordon de coulis de tomates à l'huile d'olive dissociée.



Saumon mariné à l'aneth



Assortiment de salades composées ►



▲ *Médaillon de homard à la parisienne*



◄ *Assortiment de cuidités*



LES HORS-D'ŒUVRE CHAUDS

Bref rappel de technologie

Les hors-d'œuvre chauds sont pour la plupart réalisés à partir d'une pâte de base (brisée, feuilletée, à crêpes, …) ou de «farinages» (gnocchi, pâtes, semoules de céréales, …), et d'appareils composés de farces diverses provenant généralement de la desserte.

Les salades tièdes, les diverses préparations à base de poissons et de crustacés remplacent progressivement les traditionnels hors-d'œuvre chauds réalisés à partir d'une pâte de base salée.

Réalisées selon le même principe, mais détaillées et réduites, ces préparations constituent l'une des bases les plus appréciées de la réalisation des amuse-bouches (mini bouchées, quiches, pizzas, tartelettes, barquettes, rissoles, gougères, …).



Tarte à l'oignon





Techniques mises en œuvre

- **Réaliser une pâte de base (pâte brisée, feuilletée, à choux, à crêpes, à frire, à brioche)**
- **Abaisser, foncer, chiqueter**
- **Réaliser un appareil à crème prise**
- **Réaliser une sauce de base (sauce béchamel, américaine, tomate)**
- **Réaliser un beurre composé (d'escargot, d'anchois)**
- **Réaliser une farce de base (mousseline à pâté)**
- **Réaliser une marinade instantanée**
- **Réaliser un appareil à soufflé**
- **Cuire des pâtes fraîches et industrielles**
- **Frire des fritots, des beignets**



Saucisse de Morteau briochée au vieux porto



Salade tiède de lapereau aux noisettes



Croustillant de tourteau et de calmars à l'américaine



Ravioli de langoustines



SALADE TIÈDE DE LAPEREAU AUX NOISETTES

Escalopes tièdes de râbles de lapereaux farcis disposées sur un lit de salades mélangées (frisée, trévise, mâche, pissenlit), d'herbes fraîches (persil plat, ciboulette, cerfeuil, estragon) et de noisettes concassées.
La salade est assaisonnée d'une sauce vinaigrette au vinaigre de xérès, à l'huile de noisette et à la glace blonde de lapereau.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- râble de lapereaux farcis*	pièce	4		
- huile de noisette	l	0,05		
Eléments de la salade				
- frisée	pièce	1/2		
- trévise	kg	0,200		
- mâche	kg	0,200		
- pissenlit	kg	0,200		
- cerfeuil	botte	1/2		
- ciboulette	botte	1/2		
- estragon	botte	1/2		
- persil plat	kg	0,050		
Sauce vinaigrette				
- vinaigre de xérès	l	0,05		
- huile de noisette	l	0,20		
- glace blonde de lapereau	l	0,10		
Finition				
- noisettes mondées	kg	0,100		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			…… €	
Coût matières pour 1 couvert			…… €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***45 min***	
DURÉE MOYENNE DE REMISE EN TEMPÉRATURE DES RÂBLES :			***5 à 6 min***	

* *Voir râble de lapereau farci - fiche n° 114 - p. 856/857.*

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.
- Réserver les râbles jusqu'à leur mise en cuisson en enceinte réfrigérée.

2. Eplucher et laver soigneusement les salades - 10 min *(voir p. 137)*
- Les égoutter et les réserver.

3. Trier et laver soigneusement les herbes *(voir p. 98)*
- Les égoutter sur du papier absorbant.

4. Préparer les éléments de présentation - 10 min
- Concasser et colorer légèrement les noisettes sous la salamandre.
- Ciseler la ciboulette.
- Effeuiller le persil plat, l'estragon et réaliser les pluches de cerfeuil.

A LA COMMANDE :

5. Cuire les râbles - 12 min
- Les cuire à 110 °C durant 12 min environ dans un polycuiseur à vapeur faible ou à 65/67 °C à cœur.

6. Réaliser la sauce - 5 min
- Développer les râbles et les faire rissoler uniformément dans une grande poêle antiadhésive avec l'huile de noisette.
- Enlever la crépine, les assaisonner et les débarrasser.
- Dégraisser la poêle si nécessaire.
- Déglacer avec le vinaigre de xérès.
- Ajouter la glace blonde de lapereau. Laisser réduire légèrement.
- Emulsionner hors du feu avec l'huile de noisette.
- Vérifier l'assaisonnement.

7. Dresser les salades - 5 min
- Prélever un peu de sauce et assaisonner rapidement les salades et les herbes.
- Dresser les salades en dôme au centre des assiettes.
- Escaloper les râbles et disposer harmonieusement les tranches tout autour des dômes de salade.
- Mettre en évidence les herbes en les plaçant sur le dessus.
- Verser un cordon de sauce autour des escalopes de râbles.
- Parsemer de noisettes concassées.
- Envoyer immédiatement.



Salade tiède de lapereau aux noisettes

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 grandes calottes
- 1 petite calotte
- 1 petit fouet à sauce
- 1 planche à découper

Matériel de cuisson :

- 1 polycuiseur ou cuiseur à vapeur
- 1 grande poêle antiadhésive

Matériel de dressage :

- 6 grandes assiettes de base

PLATS SIMILAIRES

Salade tiède de suprême de volaille farci au curry

- Salades mélangées (frisée à grosses côtes, romaine, trévise), assaisonnées avec une sauce vinaigrette à l'huile d'arachide au curry.
- Disposer tout autour des escalopes de suprêmes de volaille farcis, remis à température à la commande.

Salade tiède de raie aux agrumes

- Salades mélangées (mâche, trévise, laitue brune), assaisonnées avec du jus de citron, d'orange, de pamplemousse et de l'huile de tournesol.
- Disposer sur la salade et en dôme les filaments de raie pochée.
- Assaisonner.
- Disposer des segments d'oranges et de pamplemousses, et parsemer de petits croûtons de pain de mie frits.
- Décorer avec des pluches de cerfeuil.

Salade de saucisson pistaché chaud pommes à l'huile

- Pocher un saucisson pistaché de Lyon durant une trentaine de minutes à 90 °C (ne pas le piquer ni faire bouillir la cuisson).
- Cuire les pommes de terre en robe des champs (roseval, rattes, charlotte, ...). Les éplucher encore chaudes, les découper en rondelles, puis les arroser de vin blanc sec.
- Réaliser une sauce vinaigrette moutardée et assaisonner les pommes de terre.
- Monder et détailler le saucisson en rondelles de 4 à 5 mm d'épaisseur.
- Disposer les rondelles de saucisson sur les pommes de terre chaudes.
- Saupoudrer d'échalotes grises et de ciboulette finement ciselées, de persil et de cerfeuil fraîchement hachés.

Salade tiède bouchère

- Détailler un reste de pot-au-feu très cuit en dés d'1 cm de côté. Les faire chauffer doucement dans du bouillon.
- Détailler des pommes de terre à chair ferme cuites en robe des champs en dés d'1 cm de côté également.
- Mélanger les dés de pot-au-feu égouttés partiellement et les dés de pommes de terre brûlantes, puis les assaisonner avec de la sauce vinaigrette relevée et moutardée additionnée de câpres, de cornichons, d'oignons et de persil fraîchement hachés.
- Dresser dans un saladier, chemiser avec des feuilles de laitue.
- Décorer facultativement avec des quartiers de tomates mondées et d'œufs durs.

SALADE TIÈDE DE COQUILLES SAINT-JACQUES AU JUS DE TRUFFE

1. Eplucher et laver soigneusement 1/2 frisée, 1/2 lolorosa, 0,200 kg de trévise, 1/2 feuille de chêne et 1/2 laitue

2. Trier, laver et égoutter 1/2 botte de cerfeuil et 1/2 botte de ciboulette

3. Tailler 0,200 kg de parmesan en fins copeaux

4. Réaliser la sauce vinaigrette

- Emulsionner 0,02 l de vinaigre de xérès, 0,04 l de jus de truffes avec 0,10 l d'huile de noix et 0,10 l d'huile d'arachide. Assaisonner.

5. Sauter à la commande les coquilles Saint-Jacques

- Les sauter dans une poêle antiadhésive avec 0,05 l d'huile d'olive, les maintenir tranparentes au centre.

6. Dresser les salades

- Assaisonner les salades avec une partie de la sauce.
- Les dresser en dôme au centre des assiettes.
- Disposer harmonieusement les coquilles Saint-Jacques tout autour.
- Les napper avec le reste de la sauce. Disposer sur le dessus les copeaux de parmesan et les herbes fraîches.



Salade tiède de coquilles Saint-Jacques au jus de truffes.



QUICHE LORRAINE

«Tarte» salée garnie de poitrine de porc fumée taillée en lamelles ou en petits lardons, de gruyère en lamelles très fines ou râpé et d'un appareil à crème prise salé.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Pâte brisée				
- farine type 55	kg	0,250		
- sel fin	kg	0,005		
- beurre	kg	0,125		
- œuf (jaune)	pièce	1		
- eau	l	0,05		
- farine (pour abaisser)	kg	0,040		
- beurre pour les cercles	kg	0,010		
Garniture				
- poitrine de porc fumée	kg	0,250		
- huile	l	0,02		
- gruyère entier ou éventuellement râpé	kg	0,200		
Appareil à crème prise salé				
- œufs (entiers)	pièce	2		
- œufs (jaunes)	pièce	2		
- lait	l	0,25		
- crème	l	0,25		
Dorure				
- œufs (entier)	pièce	PM		
Décor				
- persil frisé	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
- noix de muscade		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 10 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			***25 à 30 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la pâte brisée - 15 min *(voir p. 481)*
- Tamiser la farine et la disposer en fontaine.
- Ajouter le sel, l'eau, le jaune d'œuf et le beurre en parcelles.
- Mélanger ces éléments du bout des doigts au centre de la fontaine.
- Incorporer progressivement la farine à l'aide d'un coupe-pâte sans pétrir.
- Fraiser une ou deux fois au maximum si nécessaire.
- Rassembler la pâte en boule sans la retravailler.
- Envelopper d'un film plastique alimentaire.
- Réserver la pâte au frais afin qu'elle se raffermisse et perde de son éventuelle élasticité.

3. Préparer la garniture - 15 min
- Eliminer la couenne et les éventuels cartilages de la poitrine fumée.
- La découper en tranches fines à l'aide d'un trancheur universel.
- Détailler les tranches ainsi obtenues en lamelles de 2 cm de longueur (ou éventuellement en petits lardons).
- Sauter rapidement les lamelles à l'huile sans les dessécher et les égoutter (les lamelles de poitrine fumée peuvent être blanchies).
- Détailler le gruyère en fines lamelles de 3 à 4 cm^2 (le gruyère peut être simplement râpé).

4. Foncer les quiches - 15 min *(voir p. 489)*
- Beurrer 2 cercles à tartes de 18 cm de diamètre.
- Abaisser la pâte à 3 mm d'épaisseur.
- La piquer à l'aide d'un pique-vite et retourner l'abaisse.
- Foncer les cercles.
- Enlever l'excédent de farine à l'aide d'une brosse.
- Relever les crêtes et pincer les bords (chiqueter).
- Disposer les fonds de tarte sur 2 tourtières rondes.
- Laisser raffermir au frais.

5. Confectionner l'appareil à crème prise - 10 min
- Mélanger dans une petite calotte les 2 œufs entiers, les 2 jaunes, la crème et le lait.
- Assaisonner avec le sel, le piment de Cayenne et quelques râpures de noix de muscade.
- Passer l'appareil au chinois étamine.

6. Marquer les quiches en cuisson - 3 min
- Répartir équitablement la poitrine fumée et le gruyère.
- Verser l'appareil sur la garniture (à l'entrée du four).
- Cuire à four chaud (220 °C sole, 180 °C voûte) pendant 30 à 35 min.
- Retirer les cercles 5 min avant la fin de la cuisson et dorer la pâte et les crêtes à l'aide d'un pinceau.
- Terminer la cuisson.
- Débarrasser les quiches sur une grille à pâtisserie.
- Réserver au chaud.

7. Dresser les quiches - 2 min
- Disposer la quiche sur un grand plat rond recouvert d'un papier gaufré.
- Décorer avec le persil en branches (facultatif).



Quiche lorraine

Matériel de préparation :

- 1 tamis
- 1 brosse à farine
- 2 plaques à débarrasser
- 1 grille à pâtisserie
- 1 coupe-pâte
- 1 rouleau à pâtisserie
- 1 planche à découper

Matériel de cuisson :

- 1 petite poêle
- 1 petite russe
- 2 cercles à tarte de 18 cm de diamètre
- 2 dessous de tourtière ou 2 plaques à pâtisserie

Matériel de dressage :

- plats ronds plats
- papier gaufré rond

QUICHE OCÉANE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser la pâte brisée *(voir p. 481)*

3. Cuire à blanc 0,200 kg de champignons escalopés

- Les cuire à couvert dans un peu d'eau bouillante salée, citronnée et beurrée en surface.

4. Gratter, trier et laver 0,600 kg de moules de bouchot

- Les ouvrir selon la méthode «à la marinière» avec 0,020 kg de beurre, 0,030 kg d'échalotes ciselées, 0,05 l de vin blanc et un peu de persil haché.

5. Réaliser l'appareil

- Réaliser un velouté de poisson *(voir p. 282).*
  Utiliser 0,20 kg de beurre, 0,020 kg de farine, 0,30 l de fumet de poisson et un peu de la cuisson des moules et des champignons.
- Ajouter 0,20 l de crème et laisser réduire le velouté d'un tiers.
- Adjoindre hors du feu 2 œufs entiers et 2 jaunes.
- Vérifier l'assaisonnement.

6. Terminer la garniture

- Rincer et égoutter soigneusement 0,100 kg de crevettes décortiquées.
- Sauter au beurre 0,300 kg de filets de poisson détaillés en petits dés de 1 cm de côté (cabillaud, julienne, colin…).
- Les assaisonner.

7. Abaisser, foncer et chiqueter les quiches individuelles *(voir p. 489)*

8. Garnir les quiches

- Répartir uniformément la garniture et remplir les quiches avec l'appareil.

9. Cuire les quiches au four

- Les cuire à 220 °C sole, 180 °C voûte, durant 30 min environ.

10. Dresser les quiches

- Disposer les quiches sur des assiettes.
- Décorer avec du persil en branche.
  (Le fond des quiches peut être garni d'épinards en branches sautés au beurre noisette)..

PLATS SIMILAIRES

Quiche au jambon et aux épinards

- Garnir la quiche d'épinards concassés et sautés au beurre noisette, et d'une brunoise de jambon sauté.

Quiche au poulet et aux morilles

- Garnir la quiche de petits dés de blanc de volaille sautés au beurre, et de morilles escalopées, étuvées au beurre avec des échalotes ciselées.

Quiche au crabe

- Garnir la quiche de crabe émietté et d'un appareil composé de sauce américaine crémée lié aux œufs entiers et aux jaunes.

Quiche au thon et à la ratatouille

- Garnir les quiches d'une ratatouille taillée en dés et bien égouttée, et de thon frais sauté à l'huile d'olive.

Galette au lard du pays Messin

- Ajouter à l'appareil à crème prise un bottillon de ciboulette finement ciselée.



Quiche océane



TARTE À L'OIGNON

«Tarte salée» garnie d'oignons compotés au beurre, de lardons et d'un appareil à crème prise.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Pâte brisée				
- farine type 55	kg	0,250		
- sel fin	kg	0,005		
- beurre	kg	0,125		
- œuf (jaune)	pièce	1		
- eau	l	0,05		
- farine (pour abaisser)	kg	0,040		
- beurre pour les cercles	kg	0,010		
Garniture				
- oignons	kg	0,800		
- beurre	kg	0,080		
- poitrine de porc fumée	kg	0,160		
- huile	l	0,02		
Appareil à crème prise salé				
- œufs (entiers)	pièce	2		
- œuf (jaune)	pièce	1		
- lait	l	0,10		
- crème	l	0,20		
Finition				
- oignon parfaitement rond	kg	0,100		
Dorure				
- œuf (entier)	pièce	PM		
Décor				
- persil frisé	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
ou				
- piment de Cayenne		PM		
- noix de muscade		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 10 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*25 à 30 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la pâte brisée - 15 min *(voir p. 481)*

3. Préparer la garniture - 20 min
- Eplucher, laver et émincer finement les oignons (en réserver un pour la présentation). Ils peuvent être éventuellement blanchis.
- Cuire au beurre (compoter) les oignons pendant une trentaine de minutes environ.
- Remuer fréquemment afin d'obtenir une coloration blonde et uniforme.
- Eliminer la couenne ainsi que les cartilages de la poitrine fumée et la détailler en tranches fines au trancheur universel.
- Détailler les tranches ainsi obtenues en lamelles de 2 cm de longueur.
- Sauter rapidement à l'huile les lamelles de poitrine fumée sans les dessécher, puis les égoutter.

4. Foncer les tartes à l'oignon - 15 min *(voir p. 489)*

5. Confectionner l'appareil à crème prise salé - 10 min

6. Marquer les tartes à l'oignon en cuisson - 3 min
- Répartir équitablement les oignons et la poitrine fumée à l'intérieur des fonds de tartes.
- Verser l'appareil sur la garniture. Le verser à l'entrée du four au moment d'enfourner.
- Détailler l'oignon réservé en rondelles très fines.
- Les disposer harmonieusement en surface.
- Cuire à four chaud (220 °C sole et 180 °C voûte pendant 30 à 35 min environ).
- Retirer les cercles 5 min avant la fin de la cuisson afin de colorer la pâte (la dorer éventuellement à l'œuf entier à l'aide d'un pinceau).
- Débarrasser les tartes à l'oignon sur une grille à pâtisserie et les réserver au chaud.

7. Dresser les tartes à l'oignon - 2 min
- Disposer la tarte à l'oignon sur un grand plat rond recouvert d'un papier gaufré.
- Décorer avec le persil en branches (facultatif).

__REMARQUE :__ Selon la hauteur du cercle, la quantité d'appareil à crème prise peut être augmentée.


Tarte à l'oignon

Matériel de préparation :

- 1 tamis
- 1 brosse à farine
- 2 plaques à débarrasser
- 1 grille à pâtisserie
- 1 coupe-pâte
- 1 rouleau à pâtisserie
- 1 planche à découper

Matériel de cuisson :

- 1 petite poêle
- 1 petite russe
- 2 cercles à tarte de 18 cm de diamètre
- 2 dessous de tourtière ou 2 plaques à pâtisserie

Matériel de dressage :

- plats ronds plats
- papier gaufré rond

TOURTE AUX POIREAUX
(variante de la flamiche picarde)

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser la pâte brisée

3. Préparer la garniture

- Eplucher et laver soigneusement 0,800 kg de blancs de poireaux.
- Les émincer finement et les étuver à couvert avec 0,040 kg de beurre et 0,050 kg d'échalotes émincées. Laisser étuver durant 30 min environ (ajouter un peu d'eau si nécessaire). Selon la saison, les poireaux peuvent être blanchis. Il est possible d'ajouter un peu de vin blanc et de le laisser réduire.
- Singer les poireaux avec 0,035 kg de farine et mélanger soigneusement à l'aide d'une spatule.
- Ajouter 0,15 l de lait et 0,15 l de crème.
- Laisser mijoter durant une dizaine de minutes et vérifier l'assaisonnement (sel, piment de Cayenne et noix de muscade).
- Ajouter 0,150 kg de poitrine de porc fumée détaillée en petits lardons sautés à l'huile.
- Mélanger dans une petite calotte 2 œufs entiers et les ajouter aux poireaux hors du feu.

4. Foncer la tourte

- Abaisser la pâte, en garnir une tourtière beurrée à bord haut, en laissant dépasser la pâte d'un centimètre.
- Abaisser un cercle de pâte de la taille du couvercle.

5. Garnir et terminer la tourte

- Remplir la tourte avec l'appareil refroidi.
- Dorer les bords, poser dessus le couvercle en pâte.
- Le souder en chiquetant.
- Ménager une cheminée au centre pour évacuer la vapeur.
- Dorer, décorer.
- Cuire au four (210 °C) pendant 35 à 40 min.
- Retirer le cercle de la tourtière quelques minutes avant la fin de cuisson et dorer la pâte.
- Laisser reposer après cuisson.

6. Dresser la tourte

- La poser sur un plat rond recouvert d'un papier gaufré.
- Décorer avec du persil en branches.

PLATS SIMILAIRES

Quiche à la julienne de légumes

- Garnir la quiche d'une julienne de blancs de poireaux, de champignons, de céleri en branches, de carottes et éventuellement de navets, étuvée au beurre.

Quiche aux champignons

- Garnir la quiche d'un mélange de champignons étuvés à la crème et au porto, avec échalotes ciselées et fines herbes.

Quiche provençale

- Quiche garnie d'une fondue d'oignons et de poivrons, d'une fondue de tomates et recouverte de rondelles de courgettes cannelées, dégorgées, farinées et sautées à l'huile d'olive.
- Saupoudrer 5 min avant la fin de la cuisson d'une persillade aux herbes de Provence.

Tarte à la flamme ou flammée (flammenküche)

Préparation traditionnelle alsacienne du samedi, cuite juste avant d'enfourner le pain.

- Abaisse très fine de pâte à pain, masquée de fromage blanc et de crème épaisse très légèrement liée à la farine et assaisonnée (sel, poivre, noix de muscade).
- Recouvrir d'oignons finement émincés, dégorgés au sel durant une heure et de petits lardons fumés.
- Arroser de quelques gouttes d'huile vierge de colza. Cuire à four très chaud (250 °C).


Tourte aux poireaux



ALLUMETTES AU FROMAGE

Petites bandes de feuilletage garnies avant cuisson d'une sauce Mornay et de bâtonnets de gruyère.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Pâte feuilletée				
- farine type 55	kg	0,400		
- sel fin	kg	0,008		
- eau	l	0,20		
- margarine à feuilletage*	kg	0,300		
Farine (pour tourer)	kg	0,080		
Dorure				
- œuf (entier)	pièce	1/2		
Appareil (sauce Mornay)				
- beurre	kg	0,020		
- farine	kg	0,020		
- lait	l	0,20		
- œuf (jaune)	pièce	1		
- gruyère râpé et tamisé	kg	0,040		
- beurre pour tamponner	kg	0,010		
Finition				
- bâtonnets de gruyère (16 x 0,010 kg)	kg	0,160		
Décor				
- losanges de gruyère (16 x 0,005 kg)	kg	0,080		
- persil en branches	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
- noix de muscade		PM		
Pour la pâte feuilletée au beurre, utiliser du beurre sec ou du beurre d'Echiré et beurrer la détrempe (voir p. 496).				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 40 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			***20 à 25 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la pâte feuilletée - 40 min *(voir p. 494)*

3. Confectionner la sauce Mornay - 15 min *(voir p. 288)*
- Tamiser le gruyère.
- Confectionner le roux blanc et le refroidir rapidement.
- Mettre le lait à bouillir et le verser sur le roux froid.
- Remuer sans discontinuer à l'aide d'un petit fouet à sauce.
- Porter la sauce Béchamel à ébullition pendant 3 à 4 min.
- Assaisonner avec le sel fin, le piment de Cayenne et quelques râpures de noix de muscade.
- Ajouter hors du feu le jaune d'œuf et reporter à ébullition durant quelques secondes.
- Incorporer délicatement le gruyère tamisé à l'aide d'une spatule.
- Débarrasser la sauce Mornay dans une petite calotte en inox.
- Tamponner en surface.

4. Confectionner les allumettes - 30 min
- Abaisser le pâton de la forme d'un rectangle d'environ 24 cm de largeur et 3 mm d'épaisseur.
- Séparer l'abaisse en deux dans le sens de la longueur pour obtenir 2 rectangles de 24 cm sur 12 cm au minimum.
- Coucher sur l'abaisse, tous les 4 cm, un passage de sauce Mornay, à l'aide d'une poche munie d'une douille ronde unie.
- Appliquer sur la sauce Mornay un bâtonnet de gruyère.
- Mouiller l'abaisse à l'eau froide ou à la dorure à l'aide d'un pinceau.
- Recouvrir avec la 2ème abaisse en veillant à ne pas la déformer.
- Souder hermétiquement les deux abaisses avec une règle métallique.
- Ménager un petit trou avec une aiguille à brider dans l'abaisse supérieure à l'emplacement du fromage (pour éliminer la vapeur).
- Dorer sur toute la surface.
- Détailler les allumettes à l'aide d'un couteau éminceur (elles peuvent être chiquetées puis quadrillées à l'aide d'une fourchette).
- Appliquer sur chaque allumette un petit losange de gruyère.
- Disposer les allumettes sur une plaque à pâtisserie humidifiée.
- Réserver au frais pendant une dizaine de minutes.

5. Préparer le persil en branches - 5 min

6. Marquer les allumettes en cuisson - 3 min
- Cuire à four chaud (240 °C au départ et terminer la cuisson à 200 °C) pendant 20 à 25 min environ.
- Débarrasser les allumettes sur une grille à pâtisserie.
- Réserver au chaud.

7. Dresser les allumettes - 2 min
- Disposer harmonieusement les allumettes sur un grand plat long recouvert d'un papier gaufré.
- Lustrer au beurre clarifié.
- Décorer avec le persil en branches.

REMARQUES :
- *Le gruyère peut être remplacé par d'autres fromages.*
- *De la pâte feuilletée surgelée en plaque peut être utilisée.*



Allumettes au fromage

Matériel de préparation :

- 1 tamis
- 1 brosse à farine
- 1 règle métallique
- 1 petite calotte
- 1 coupe-pâte
- 1 rouleau à pâtisserie
- 1 fouet à sauce
- 1 grille à pâtisserie

Matériel de cuisson :

- 1 plaque à pâtisserie
- 1 petite russe
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- plats longs plats
- papier gaufré
  ou
- assiettes de base

TALMOUSES EN TRICORNE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser la pâte feuilletée *(voir p. 494)*

- Utiliser 0,400 kg de farine type 55, 0,008 kg de sel, 0,20 l d'eau et 0,300 kg de matière grasse.

3. Confectionner la sauce Mornay

- Réaliser un roux blanc avec 0,040 kg de beurre, 0,040 kg de farine, 0,40 l de lait, 2 jaunes d'œufs et 0,080 kg de gruyère râpé et tamisé.
- Tamponner la sauce avec 0,020 kg de beurre et la réserver.

4. Confectionner les talmouses

- Abaisser le pâton de la forme d'un rectangle régulier de 28 à 32 cm de largeur et de 3 mm d'épaisseur.
- Détailler à l'emporte-pièce rond et cannelé des cercles de 14 à 16 cm de diamètre.
- Retourner les abaisses et éliminer l'excédent de farine.
- Humidifier toute la surface à l'aide d'un pinceau.
- Coucher à la poche munie d'une douille unie, sur chaque abaisse, la valeur d'une grosse noix de sauce Mornay (0,030 à 0,035 kg).
- Replier en trois parties les bords de chaque abaisse afin de former un tricorne.
- Souder les bords en les pinçant avec les doigts.
- Dorer uniformément et disposer les talmouses sur une plaque à pâtisserie humidifiée.
- Réunir et abaisser les parures de feuilletage sans les pétrir.
- Détailler à l'emporte-pièce rond et cannelé des petits cercles de 3 cm de diamètre.
- Disposer ces petits ronds sur les talmouses de manière à fermer hermétiquement les bords.
- Réserver au frais pendant une dizaine de minutes.

5. Préparer le persil en branches

6. Marquer les talmouses en cuisson

- Dorer uniformément les talmouses.
- Cuire au four chaud pendant 20 à 25 min (240 °C au départ et terminer la cuisson à 200 °C).
- Débarrasser les talmouses sur une grille à pâtisserie.
- Maintenir au chaud.

7. Dresser les talmouses

- Disposer harmonieusement les talmouses sur le plat recouvert d'un papier gaufré.
- Lustrer au beurre clarifié.
- Décorer avec le persil en branches.

PLATS SIMILAIRES

Mille-feuille savoyard

- Bande de feuilletage cuite au four masquée de sauce Mornay et de lamelles de jambon.
- Appliquer une deuxième bande de feuilletage et une deuxième couche de sauce Mornay et de jambon.
- Disposer une troisième bande de pâte feuilletée.
- Napper de sauce Mornay, saupoudrer de gruyère râpé et tamisé et gratiner sous la salamandre.

Cannelons au fromage

- Bandelettes de rognures de feuilletage de 2 cm de largeur roulées en spirale autour de petits mandrins coniques et cuites au four.
- Garnir avec une sauce Mornay épaisse additionnée de lardons.

Roulés au fromage et au jambon

- Bandes de feuilletage masquées de sauce Mornay et de jambon.
- Rouler en cylindre, souder, dorer et cuire au four.



Talmouses en tricorne



TARTE FINE AUX SARDINES, TOMATES ET OIGNONS CONFITS

Tarte fine individuelle, en pâte feuilletée masquée d'une fondue d'oignons et de tomates, garnie de sardines marinées à l'huile d'olive et aux herbes de provence.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- feuilletage au beurre surgelé	plaque	1		
- sardines fraîches (32 pièces)	kg	2,500		
Fondue d'oignons et de tomates				
- huile d'olive	l	0,04		
- oignons	kg	0,400		
- grosses tomates	kg	0,800		
- ail	gousse	1		
- bouquet garni	pièce	1		
Marinade et finition				
- huile d'olive	l	0,05		
- herbes de Provence		PM		
Présentation				
- huile d'olive	l	PM		
- basilic (8 feuilles)	botte	1/4		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 30 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*15 à 18 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Réaliser la fondue d'oignons et de tomates - 20 min
- Eplucher, laver et émincer finement les oignons.
- Monder, épépiner et concasser les tomates.
- Eplucher, laver et dégermer l'ail.
- Réaliser le bouquet garni avec une dominante en thym.
- Suer les oignons dans une grande sauteuse avec de l'huile d'olive. Les laisser légèrement pincer.
- Ajouter les tomates concassées, l'ail, le bouquet garni et assaisonner.
- Cuire jusqu'à la complète évaporation de l'eau de constitution.
- Débarrasser et réserver après cuisson.

3. Habiller les sardines - 30 min
- Les étêter, les vider, les laver et les désarêter.
- Les éponger sur du papier absorbant.
- Les mettre en marinade avec de l'huile d'olive et les herbes de Provence.

4. Détailler la pâte feuilletée - 5 min
- La piquer au pique-vite, puis détailler huit disques de 14 à 16 cm de diamètre.

5. Réaliser le montage des tartes fines - 10 min
- Disposer les disques de feuilletage sur une plaque à pâtisserie humidifiée.
- Les masquer sans excès d'une couche régulière de fondue d'oignons et de tomates.
- Disposer les sardines en rosace, la partie caudale dirigée vers le centre des tartes.
- Arroser avec quelques gouttes d'huile d'olive.
- Parsemer sur le dessus, un peu d'herbes de Provence.

6. Marquer les tartes en cuisson - 5 min
- Les cuire au four à + 240 °C durant 12 à 15 minutes.
- Les débarrasser sur grille.

7. Frire les feuilles de basilic - 10 min
- Les maintenir croustillantes et bien vertes.

8. Dresser les tartes - 5 min
- Les dresser sur assiettes chaudes, lustrer avec un peu d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau.
- Disposer sur chaque tarte une feuille de basilic frite.

REMARQUE : La fondue d'oignons et de tomates peut être remplacée selon le poisson utilisé (anchois frais, lisette, effeuillée de cabillaud, …) par une fondue de poivrons, de fenouils, d'endives, de poireaux, …



Tartes fines aux sardines, tomates et oignons confits

Matériel de préparation :

- 1 tamis
- 1 brosse à farine
- 1 règle métallique
- 1 petite calotte
- 1 coupe-pâte
- 1 rouleau à pâtisserie
- 1 fouet à sauce
- 1 grille à pâtisserie

Matériel de cuisson :

- 1 plaque à pâtisserie
- 1 petite russe
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- plats longs plats
- papier gaufré
  ou
- assiettes de base

JALOUSIE À LA MOUSSELINE DE SOLE, BEURRE FONDU À LA CIBOULETTE

Même procédé que pour les dartois (la bande feuilletée du dessus est incisée et ajourée).

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser 0,400 kg de farine en pâte feuilletée

- La laisser à 5 tours.

3. Réaliser la farce mousseline de sole *(voir p. 325)*

- Utiliser 0,250 kg de filets de sole parés, 1 blanc d'œuf et 0,20 l de crème fleurette.

4. Préparer la garniture de filets de sole

- Aplatir et escaloper 0,150 kg de filets de sole.
- Les sauter rapidement au beurre, les assaisonner et les réserver.

5. Confectionner les jalousies

- Abaisser la pâte feuilletée à 3 mm d'épaisseur.
- Lui donner la forme d'un grand rectangle de 40 cm de longueur sur 24 cm de largeur.
- Partager l'abaisse en 2 dans le sens de la longueur.
- Retourner la première abaisse et la disposer sur une plaque à pâtisserie humidifiée.
- Dorer ou mouiller le pourtour et garnir le milieu de farce mousseline (à l'aide d'une poche munie d'une douille ronde unie).
- Coucher 3 passages de farce sans approcher des bords pour faciliter la soudure de la 2ème abaisse.
- Disposer les escalopes de filets de sole sur la farce mousseline.

6. Préparer la 2ème abaisse de pâte feuilletée.

- La fariner légèrement et la plier en deux dans le sens de la largeur.
- Inciser la pliure à l'aide du talon d'un gros couteau éminceur de manière à imiter une jalousie (persienne ajourée).
- Déplier la bande incisée et la déposer, sans la déformer, sur la 1ère abaisse garnie de farce.
- Centrer, souder et chiqueter les bords, puis dorer à l'œuf entier.
- Raffermir en enceinte réfrigérée, dorer une 2ème fois à l'œuf et cuire au four à 220/230 °C durant 35 à 40 min.

7. Réaliser le beurre blanc à la ciboulette *(voir p. 306)*

- Utiliser 0,040 kg d'échalotes grises, 0,10 l de vin blanc, 0,05 l de vinaigre de vin blanc et 0,200 kg de beurre extra-fin.
- Ajouter un petit bottillon de ciboulette finement ciselé.
- Dresser.

***REMARQUE :** Dartois et jalousies sont généralement découpés après cuisson, en salle devant le client.*

PLATS SIMILAIRES

Allumettes aux anchois

1. Réaliser 0,400 kg de pâte feuilletée *(voir fiche précédente)*

2. Confectionner le beurre d'anchois

- Passer les anchois bien égouttés au tamis. Ajouter le beurre en pommade et piler le tout. Homogénéiser à la spatule en bois. Poivrer et ajouter la mie de pain tamisée (le beurre d'anchois peut être réalisé au mixeur).

3. Préparer le persil en branches

4. Confectionner les allumettes *(voir fiche précédente)*

- Remplacer la sauce Mornay par le beurre d'anchois. Appliquer un filet d'anchois sur le beurre. Dorer et quadriller les allumettes à l'aide d'une fourchette. Disposer éventuellement un croisillon de filet d'anchois sur chaque allumette. Réserver en enceinte réfrigérée avant la cuisson.

5. Marquer les allumettes en cuisson

- Cuire à four chaud pendant 20 à 25 min (240 °C au départ et terminer la cuisson à 200 °C).

6. Dresser les allumettes

Dartois aux écrevisses sauce Nantua

- Abaisse rectangulaire de feuilletage généralement tourée à 5 tours, masquée de farce mousseline, additionnée d'un salpicon de queues d'écrevisses. Recouvrir d'une autre abaisse de feuilletage. Dorer, quadriller, chiqueter, cuire au four et accompagner de sauce Nantua *(voir p. 296).*

Chaussons d'escargots

- Garnir des abaisses ovales de feuilletage avec une fondue d'oignons, de tomates et de fenouil au beurre d'escargots. Disposer les escargots, replier, souder les bords. Dorer, quadriller, et cuire au four.



Jalousie à la mousseline de sole, beurre fondu à la ciboulette



PETITS PÂTÉS FEUILLETÉS

Hors-d'œuvre chaud à base de feuilletage garni d'une farce ordinaire à pâté aux herbes. Il peut se servir accompagné de différentes sauces brunes et d'une petite salade composée. La farce peut être additionnée de jambon, de foies de volaille.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Pâte feuilletée				
- farine type 55	kg	0,400		
- sel fin	kg	0,008		
- eau	l	0,20		
- margarine à feuilletage*	kg	0,300		
Dorure				
- œuf (entier)	pièce	1		
Farine (pour tourer)	kg	0,080		
Farce				
- chair à saucisse	kg	0,300		
- noix de veau	kg	0,100		
- œuf (entier)	pièce	1		
- beurre	kg	0,010		
- échalotes	kg	0,020		
- madère	l	0,01		
- cognac	l	0,01		
- persil	kg	0,020		
- cerfeuil	botte	1/4		
- estragon	botte	1/4		
Décor				
- persil en branches	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- quatre-épices		PM		
*Pour la pâte feuilletée au beurre, utiliser du beurre sec ou du beurre d'Echiré et beurrer la détrempe (voir p. 496).				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 40 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			20 à 25 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la pâte feuilletée - 40 min *(voir p. 494)*
- Amener le pâton à 5 ou 6 tours.

3. Confectionner la farce - 15 min
- Eplucher, laver et ciseler les échalotes.
- Laver, équeuter, essorer et hacher le persil.
- Laver, effeuiller et hacher le cerfeuil et l'estragon.
- Suer au beurre l'échalote ciselée et la refroidir rapidement.
- Hacher le morceau de noix de veau à la grille fine.
- Dans une calotte en inox, réunir la noix de veau hachée, la chair à saucisse, les échalotes ciselées, les fines herbes hachées, l'œuf, le cognac, le madère et l'assaisonnement.
- Mélanger de façon bien homogène.
- Diviser la farce en 8 petites boules de 0,040 kg environ.
- Réserver au frais.

4. Confectionner les petits pâtés - 30 min
- Abaisser le pâton de la forme d'un rectangle régulier de 3 mm d'épaisseur.
- Détailler à l'emporte-pièce rond et cannelé 8 cercles de 12 cm de diamètre.
- Réunir, superposer et abaisser les parures, détailler à nouveau 8 cercles de 11 cm de diamètre.
- Retourner ces derniers et éliminer l'excèdent de farine.
- Appliquer les abaisses sur les précédentes.
- Chasser l'air et souder hermétiquement les bords à l'aide d'un emporte-pièce retourné.
- Dorer uniformément.
- Ménager une petite cheminée pour l'évacuation de la vapeur.
- Les disposer sur une plaque à pâtisserie humidifiée.
- Réserver au frais pendant une dizaine de minutes.

5. Préparer le persil en branches - 5 min

6. Marquer les petits pâtés en cuisson - 3 min
- Dorer à nouveau uniformément, décorer à l'aide de la pointe d'un couteau d'office.
- Cuire à four chaud pendant 20 à 25 min environ (230 °C au départ et terminer la cuisson à 200 °C).
- Débarrasser les petits pâtés sur une grille à pâtisserie.
- Maintenir au chaud.

7. Dresser les petits pâtés - 2 min
- Disposer les petits pâtés sur un grand plat rond recouvert d'une feuille de papier gaufré.
- Lustrer au beurre clarifié.
- Décorer avec le persil en branches.

REMARQUE : De la pâte feuilletée surgelée en plaque peut être utilisée.



Petits pâtés feuilletés

Matériel de préparation :

- 1 tamis
- 1 brosse à farine
- 1 règle métallique
- 1 petite calotte
- 1 coupe-pâte
- 1 rouleau à pâtisserie
- 1 fouet à sauce
- 1 grille à pâtisserie

Matériel de cuisson :

- 1 plaque à pâtisserie

Matériel de dressage :

- grands plats ronds
- papier gaufré
  ou
- assiettes de base

BOUCHÉES À LA REINE

1. Mettre en place le poste de travail

2 Confectionner la pâte feuilletée *(voir p. 494)*

- Amener le pâton à 5 ou 6 tours en respectant la durée des temps de repos.
- Donner de préférence 4 tours la veille et terminer le feuilletage le jour de son utilisation *(voir p. 494).*

3. Détailler les bouchées

- Abaisser la pâte à 3 mm d'épaisseur.
- Détailler 16 disques très réguliers de 7 à 8 cm de diamètre à l'aide d'un emporte-pièce rond cannelé.
- Brosser 8 fonds et les disposer à l'envers et en quinconce sur une plaque à pâtisserie mouillée.
- Evider les 8 disques restants à l'aide d'un emporte-pièce rond uni de 4,5 à 5 cm de diamètre de manière à obtenir des couronnes.
- Dorer les fonds des bouchées.
- Retourner les couronnes, les brosser et les disposer sur les fonds.
- Appuyer uniformément sur chaque bouchée à l'aide d'un ustensile à fond plat pour les souder.
- Dorer une première fois les couronnes et réserver les bouchées en enceinte réfrigérée durant 25 à 30 min environ.

4. Marquer les bouchées en cuisson

- Les dorer une seconde fois et les piquer à l'aide d'une aiguille à brider.
- Les cuire au four à 240 °C au départ, puis à 210/220 °C lorsque les bouchées sont développées et commencent à colorer.
- Les débarrasser sur une grille à pâtisserie, découper les couvercles et les évider délicatement (si nécessaire).

5. Réaliser la garniture

Traditionnellement les bouchées dites à la reine (Marie Leszczynska) sont garnies d'une purée de volaille à la crème. Mais le plus souvent, elles sont garnies d'un salpicon de blanc de volaille, de champignons et éventuellement de truffes, lié à la sauce parisienne (velouté de volaille et de champignons lié aux jaunes d'œufs et à la crème). Certains professionnels ajoutent parfois des quenelles de volaille et des ris de veau braisés à blanc, dans ce cas, les bouchées ne doivent plus être appelées «à la reine».

REMARQUE : Les véritables bouchées sont de plus petite taille. Elles doivent être dégustées en une seule bouchée. Servies actuellement en «amuse-bouche», elles peuvent être garnies de salpicons différents (moules dieppoise, écrevisses Nantua, crevettes sauce crevette, faisan sauce salmis, truffes et foie gras sauce Périgueux, escargots de Bourgogne et beurre d'escargots...).

PLATS SIMILAIRES

Petits feuilletés aux foies de volaille

- Diminuer de moitié la chair à saucisse de la farce ci-contre et ajouter 0,150 kg de foies de volaille escalopés et sautés au beurre.

Petits pâtés feuilletés bourgeoise

- Garnir les petits pâtés d'une farce composée de desserte de viandes diverses additionnée d'une brunoise de champignons crus et de persil haché.

Petits pâtés feuilletés de brochet beurre nantais

- Garnir les petits pâtés de farce mousseline de brochet. Ménager une petite cheminée sur le dessus des feuilletés pour l'évacuation de la vapeur. Sortir du four et remplir les petits pâtés de beurre blanc par la cheminée.

Friands

- Spécialité charcutière composée de chair à saucisse enrobée de pâte feuilletée.

Tourte Lorraine

- Mettre à mariner durant 24 h de l'échine de porc et de l'épaule de veau taillée en petites lanières, avec oignons, échalotes et ail hachés, vin blanc, fleur de thym, sel et poivre. Garnir la tourtière foncée avec de la pâte feuilletée. Rabattre le pourtour de la pâte, placer une abaisse ronde en guise de couvercle. Ménager une cheminée au centre de la tourte, dorer à l'œuf. Cuire au four durant 45 à 50 min. 15 min avant la fin de la cuisson, verser un appareil à crème prise (à quiche) par la cheminée et terminer la cuisson.



Bouchées à la reine



TALMOUSES À LA BAGRATION

Hors-d'œuvre chaud composé d'une tartelette en pâte brisée garnie de pâte à choux fromagée. Cuit au four, le chou est garni ensuite de sauce Mornay.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Pâte brisée				
- farine type 55	kg	0,250		
- sel fin	kg	0,005		
- beurre	kg	0,125		
- œuf (jaune)	pièce	1		
- eau	l	0,05		
- farine (pour abaisser)	kg	0,040		
Pâte à ramequins *ou* **pâte à choux d'office**				
- lait	l	0,25		
- sel fin	kg	0,005		
- noix de muscade		PM		
- beurre	kg	0,080		
- farine	kg	0,125		
- œufs (entiers)	pièce	4		
- gruyère râpé	kg	0,040		
Dorure				
- œuf (entier)	pièce	1		
- lait	l	PM		
Finition				
- dés de gruyère	kg	0,040		
Appareil (sauce Mornay)				
- beurre	kg	0,040		
- farine	kg	0,040		
- lait	l	0,40		
- œufs (jaunes)	pièce	2		
- gruyère râpé	kg	0,080		
Décor				
- persil en branches	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
- noix de muscade		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 30 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			***30 à 35 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la pâte brisée - 15 min *(voir p. 481)*

3. Confectionner la pâte à ramequins (pâte à choux au lait) - 10 min *(voir p. 505)*
- Y ajouter 0,040 kg de gruyère râpé et tamisé.

4. Foncer 16 tartelettes - 15 min *(voir p. 491)*
- Abaisser la pâte brisée, foncer les tartelettes et piquer les fonds.

5 Confectionner les talmouses - 10 min
- Coucher dans chaque tartelette la valeur d'un gros chou de pâte à ramequins à l'aide d'une poche munie d'une douille ronde unie.
- Dorer soigneusement, quadriller à la fourchette.
- Répartir équitablement les dés de gruyère sur la pâte à ramequins.

6. Marquer les talmouses en cuisson - 5 min
- Disposer les tartelettes sur une plaque à pâtisserie.
- Cuire à four chaud (200 °C, oura fermé au départ) pendant 20 à 25 min.
- Libérer la vapeur du four et sécher les talmouses durant 5 à 10 min.
- Débarrasser sur une grille à pâtisserie.

7. Confectionner la sauce Mornay (pendant la cuisson des talmouses) - 15 min
- Confectionner le roux blanc et le refroidir rapidement.
- Mettre le lait à bouillir et le verser sur le roux froid.
- Remuer sans discontinuer à l'aide d'un fouet à sauce.
- Porter à ébullition et cuire pendant 3 à 4 min.
- Assaisonner avec le sel fin, le piment de Cayenne et la noix de muscade.
- Ajouter hors du feu les jaunes d'œufs et reporter à ébullition pendant quelques secondes.
- Incorporer délicatement le gruyère tamisé.
- Débarrasser la sauce Mornay dans une petite calotte en inox.
- Tamponner en surface, filmer et réserver.

8. Garnir les talmouses - 8 min
- Fourrer les talmouses de sauce Mornay à l'aide d'une poche munie d'une douille unie.
- Maintenir les talmouses au chaud.

9. Préparer le persil en branches - 5 min

10. Dresser les talmouses - 2 min
- Disposer harmonieusement les talmouses sur un grand plat rond recouvert d'un papier gaufré.
- Lustrer au beurre clarifié.
- Décorer avec le persil en branches.



Talmouses à la bagration

Matériel de préparation :

- 1 tamis
- 1 brosse à farine
- 1 planche à découper
- 1 spatule en exoglass
- 2 poches et 2 douilles rondes unies, une d'1 cm de diamètre et une autre de 4 à 5 cm
- 1 coupe-pâte
- 1 rouleau à pâtisserie
- 2 petites calottes

Matériel de cuisson :

- 1 grande plaque à pâtisserie
- 16 petites tartelettes
- 1 sauteuse moyenne
- 1 russe moyenne

Matériel de dressage :

- plats ronds plats
- papier gaufré

PLATS SIMILAIRES

Carolines diverses

Les carolines sont des petits éclairs en pâte à choux non sucrée.

- Les garnir de purées, de mousses ou de salpicons divers selon leurs appellations (volaille sauce suprême, fruits de mer sauce vin blanc ou américaine, foie gras sauce Périgueux…).
- Les carolines sont nappées de sauce chaud-froid et lustrées à la gelée claire.

Profiteroles aux lardons

- Petits choux au gruyère garnis de sauce Mornay additionnée de petits lardons (amuse-bouches).

Beignets soufflés à la morue

- Pâte à choux additionnée de morue dessalée, pochée et hachée, avec cives, oignons ciselés, ail, persil et piment hachés.
- Frire les beignets dans un bain de friture chauffé à 170 °C, égoutter, dresser sur papier gaufré.

Talmouses Pont-Neuf

- Tartelettes en pâte brisée, garnies d'un mélange de pâte à choux, de gruyère et de sauce Béchamel.
- Cuire au four.

RAMEQUINS AU FROMAGE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser la pâte à choux au lait

- La réaliser selon les proportions ci-contre.
- Y ajouter également 0,040 kg de gruyère râpé.

3. Coucher les ramequins au fromage

- Coucher les ramequins de la grosseur d'une petite noix sur une plaque à pâtisserie beurrée.
- Les disposer en quinconce et suffisamment espacés pour ne pas gêner la circulation de l'air chaud durant la cuisson.
- Les dorer soigneusement à l'œuf entier additionné d'un peu de lait.
- Disposer sur chaque chou quelques petits dés de gruyère.

4. Marquer les ramequins au fromage en cuisson.

- Les cuire au four à 220 °C oura fermé au départ.
- Libérer la vapeur du four lorsque les ramequins sont gonflés et dorés.
- Les laisser sécher à 180 °C durant une dizaine de minutes.
- Les débarrasser sur grille.



Ramequins au fromage



GNOCCHI À LA PARISIENNE

Hors-d'œuvre chaud à base de pâte à choux fromagée, les gnocchi sont pochés en forme de petits bouchons. Ils sont dressés en plat à gratin, nappés de sauce béchamel fromagée, puis soufflés et gratinés au four.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Pâte à choux				
- eau ou lait	l	0,50		
- beurre	kg	0,150		
- farine	kg	0,250		
- œufs (entiers)	pièce	8		
- gruyère râpé et tamisé	kg	0,050		
Sauce Béchamel				
- beurre	kg	0,090		
- farine	kg	0,090		
- lait	l	1,5		
- beurre pour tamponner	kg	0,020		
Beurre pour le plat à gratin	kg	0,020		
Finition				
- gruyère râpé et tamisé	kg	0,100		
- beurre	kg	0,020		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
- noix de muscade		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 10 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			5 à 6 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer le gruyère - 5 min
- Tamiser et réserver les 2/3 du fromage pour le gratin.

3. Confectionner la pâte à choux - 20 min *(voir p. 505)*
- Dans une russe, réunir l'eau ou le lait, le sel, le piment de Cayenne, quelques râpures de noix de muscade, et le beurre découpé en parcelles.
- Porter à ébullition (veiller à obtenir simultanément l'ébullition de l'eau ou du lait et la fusion du beurre).
- Ajouter hors du feu la farine en une seule fois.
- Mélanger énergiquement à l'aide d'une spatule.
- Remettre sur le feu durant quelques secondes et dessécher la détrempe jusqu'à ce qu'elle n'adhère plus, ni à la russe ni à la spatule.
- Débarrasser la détrempe dans une calotte.
- Incorporer les œufs un par un, puis le gruyère tamisé.
- Vérifier l'assaisonnement et corner le récipient.

4. Confectionner la sauce Béchamel - 15 min *(voir p. 286)*
- Confectionner le roux blanc et le refroidir rapidement.
- Mettre le lait à bouillir et le verser bouillant sur le roux froid, en remuant à l'aide d'un petit fouet à sauce.
- Porter à ébullition et cuire la sauce Béchamel pendant 4 à 5 min.
- Vérifier l'onctuosité (la sauce ne doit pas être trop épaisse).
- Assaisonner avec le sel fin, le piment de Cayenne et quelques râpures de noix de muscade.
- Passer la sauce au chinois étamine.
- Tamponner la surface et réserver la sauce à couvert au bain-marie.

5. Pocher les gnocchi - 20 min
- Porter l'eau salée à ébullition dans un grand sautoir ou dans un rondeau plat.
- Pousser la pâte à choux au-dessus de l'eau frémissante à l'aide d'une poche munie d'une douille unie d'1 à 1,2 cm de diamètre, sectionner les gnocchi de 1,5 cm à 2 cm de longueur à l'aide d'un couteau d'office.
- Pocher sans ébullition pendant 5 à 6 min (les gnocchi doivent remonter à la surface de l'eau et présenter une certaine élasticité sous la pression du doigt).
- Débarrasser les gnocchi dans une calotte contenant de l'eau glacée.
- Les égoutter soigneusement.

6. Dresser et gratiner les gnocchi - 5 min
- Beurrer le fond d'un plat à gratin à l'aide d'un pinceau.
- Napper le fond du plat avec un peu de sauce Béchamel.
- Répartir les gnocchi en veillant à ne pas trop remplir le plat (risque de débordement à la cuisson).
- Napper soigneusement avec le reste de la sauce.
- Parsemer uniformément de gruyère tamisé.
- Arroser délicatement de beurre fondu.
- Essuyer soigneusement le bord du plat.
- Mettre à four doux au départ (160 °C), puis augmenter la température au bout d'une dizaine de minutes afin d'obtenir simultanément des gnocchi bien soufflés et gratinés.
- Disposer le plat à gratin sur un dessous de plat froid recouvert d'un papier gaufré.
- Servir immédiatement.

REMARQUE : La pâte à choux des gnocchi peut être éventuellement additionnée de petits lardons de poitrine fumée ou d'une brunoise de jambon.



Gnocchi à la parisienne

Matériel de préparation :

- 1 grande calotte
- 1 petite passoire
- 1 petit bain-marie
- 1 poche et une douille ronde unie d'1 à 1,2 cm de diamètre
- 1 tamis et 1 pilon
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne
- 1 grand sautoir ou un petit rondeau plat
- 1 petite russe
- 1 sauteuse moyenne

Matériel de dressage :

- plats à gratin (type plat sabot)
- dessous de plats ovales
- papier gaufré

GNOCCHI À LA ROMAINE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Râper et tamiser 0,150 kg de gruyère

- En réserver les 2/3 pour le gratin.

3. Confectionner l'appareil à gnocchi

- Réunir dans une russe 1 l de lait, 0,080 kg de beurre découpé en petites parcelles.
- Assaisonner : sel fin, piment de Cayenne, râpures de noix de muscade.
- Porter à ébullition (veiller à obtenir simultanément l'ébullition du lait et la fusion du beurre).
- Verser 0,150 kg de semoule en pluie et hors du feu, en remuant sans discontinuer à l'aide d'une spatule.
- Remettre sur un feu doux et cuire l'appareil durant 6 à 8 min sans arrêter de remuer à l'aide de la spatule.
- Mélanger à la fourchette dans une petite calotte 2 œufs entiers et 3 jaunes.
- Ajouter hors du feu les œufs à l'appareil en remuant énergiquement.
- Remettre en cuisson durant 1 à 2 min.
- Adjoindre délicatement hors du feu 0,050 kg de gruyère râpé et tamisé, et vérifier l'assaisonnement.

4. Débarrasser l'appareil et le refroidir rapidement

- Débarrasser l'appareil dans une plaque huilée.
- Lisser la surface à la spatule et égaliser l'épaisseur à 2 cm environ.
- Recouvrir d'un papier sulfurisé huilé.
- Refroidir rapidement en enceinte réfrigérée à + 3 °C.

5. Détailler les gnocchi

- Démouler délicatement l'appareil sur une feuille de papier sulfurisé beurrée ou huilée.
- Détailler les gnocchi à l'aide d'un emporte-pièce rond, uni ou cannelé, de 5 à 6 cm de diamètre.
- Rassembler et utiliser à nouveau les parures.

6. Dresser et gratiner les gnocchi

- Beurrer le fond d'un plat à gratin à l'aide d'un pinceau.
- Disposer les gnocchi en les chevauchant.
- Parsemer avec 0,100 kg de gruyère tamisé.
- Arroser délicatement de beurre fondu pour favoriser le gratin.
- Essuyer soigneusement le bord du plat.
- Gratiner les gnocchi au four chaud (220 °C) et finir le gratin sous la salamandre si nécessaire.

***REMARQUE :** L'appareil à gnocchi peut être additionné de raisins secs réhydratés.*

PLATS SIMILAIRES

Gnocchi niçoise

- Cuire 1 kg de grosses pommes de terre Bintje entières à l'eau salée.
- Les égoutter, les sécher et les passer rapidement au tamis.
- Incorporer à la purée brûlante 0,050 kg de beurre, 2 œufs entiers, 2 jaunes et 0,150 kg de farine.
- Assaisonner : sel, poivre, noix de muscade.
- Laisser reposer l'appareil durant 30 min, puis le diviser en petites boules.
- Rouler l'appareil en forme de cylindres sur le plan de travail fariné.
- Détailler les gnocchi de la grosseur d'une petite noix.
- Les aplatir légèrement à l'aide d'une fourchette pour favoriser la cuisson et les quadriller.
- Les pocher dans une grande quantité d'eau bouillante salée (ils sont cuits dès qu'ils remontent à la surface).
- Les égoutter soigneusement, les arroser de beurre fondu et de parmesan tamisé.
- Ils peuvent être gratinés ou accompagnés de sauce tomate.



Gnocchi à la romaine



SAUCISSONS EN BRIOCHE SAUCE PORTO

Saucissons pochés, enveloppés de pâte à brioche et cuits au four. Ils sont servis avcec une sauce brune parfumée au porto.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- saucisson à pocher (saucisses de Morteau ou saucissons pistachés ou truffés) : 2 pièces	kg	0,500 à 0,600		
Pâte à brioche				
- farine type 45	kg	0,250		
- sel fin	kg	0,005		
- sucre semoule (facultatif)	kg	0,010		
- levure de boulanger ou levure déshydratée	kg	0,010 à 0,012		
- œufs (entiers)	pièce	3		
- beurre	kg	0,100 à 0,150		
- eau ou lait		PM		
Farine pour abaisser	kg	0,040		
Dorure				
- œuf	pièce	1		
- lait	l	PM		
Sauce porto				
- beurre	kg	0,020		
- carottes	kg	0,040		
- oignons	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,020		
- parures de champignons	kg	PM		
- fond brun de veau lié	l	0,40		
- glace de viande	l	0,04		
- porto	l	0,040		
- beurre (pour tamponner)	kg	0,040		
Finition				
- persil en branches	kg	0,020		
- beurre pour lustrer	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	

DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION	*1 h 15 min*
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : • Saucissons pochés (selon diamètre) • Saucissons en brioche (selon diamètre)	 *20 à 30 min* *20 à 25 min*

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la pâte à brioche (méthode directe) - 20 min
(voir p. 532)

3. Pocher les saucissons - 5 min
- Piquer délicatement les saucissons (sauf s'ils sont truffés).
- Pocher sans ébullition pendant 20 à 30 min suivant leur grosseur (départ eau froide).
- Egoutter, éliminer la «robe» et refroidir rapidement.

4. Confectionner la sauce porto - 15 min
- Eplucher, laver les carottes, les oignons et les échalotes.
- Détailler les carottes en petits dés.
- Ciseler finement les oignons et les échalotes.
- Suer sans coloration la garniture aromatique.
- Déglacer avec les 2/3 du porto et laisser réduire légèrement.
- Adjoindre le fond brun de veau lié et la glace de viande.
- Réduire à nouveau.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Ajouter le reste du porto.
- Monter la sauce au beurre et la passer au chinois étamine.
- Débarrasser au bain-marie, tamponner en surface et couvrir.

5. Enrober les saucissons - 20 min
- Rompre la pâte si nécessaire.
- Diviser la pâte en 2 et abaisser de la forme d'un rectangle d'1 cm d'épaisseur.
- Eliminer l'excédent de farine.
- Dorer entièrement à l'aide d'un pinceau.
- Enrober les saucissons et souder les extrémités.
- Disposer les saucissons sur une plaque à pâtisserie (côté soudures au-dessous).
- Décorer les saucissons avec les parures de pâte.
- Dorer une première fois avec la dorure détendue avec un peu de lait.
- Laisser pousser dans un endroit tiède (sans courant d'air) ou dans une étuve.
- Dorer une deuxième fois.
- Cuire au four à 200 °C pendant 20 à 25 min environ.
- Débarrasser les saucissons sur grille après cuisson.
- Les maintenir au chaud.

6. Préparer le persil en branches - 5 min
- Laver, équeuter et réserver le persil.

7. Dresser les saucissons - 5 min
- Disposer chaque saucisson en brioche sur un grand plat ovale recouvert d'un papier gaufré.
- Lustrer au beurre clarifié.
- Disposer un bouquet de persil en branches à chaque extrémité.
- Servir la sauce porto à part en saucière.



Saucisson en brioche, sauce porto

Matériel de préparation :

- 1 tamis
- 1 grande calotte
- 1 petit bain-marie
- 1 grille à pâtisserie
- 1 corne
- 1 plaque à débarrasser
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 grande sauteuse ou 1 petit rondeau plat
- 1 petite russe
- 1 plaque à pâtisserie
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- grands plats longs
- papier gaufré
  ou
- assiettes de base
- saucières

BRIOCHES AUX FRUITS DE MER

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser 1 litre de sauce américaine crémée *(voir p. 292)*

3. Préparer la garniture

- Pocher au court-bouillon un petit homard de 0,500 kg, le décortiquer et le détailler en 8 escalopes régulières.
- Ouvrir, pocher et escaloper 8 coquilles Saint-Jacques.
- Ouvrir à la marinière 0,800 kg de moules de bouchot et les ébarber.
- Rincer 0,100 kg de crevettes et les égoutter.
- Décortiquer et sauter à l'huile d'olive 8 queues de langoustines puis les escaloper.
- Sauter au beurre 0,400 kg de champignons sauvages.

4. Evider 8 brioches individuelles sans tête

- Les toaster légèrement à l'entrée d'un four pour éviter l'hydratation trop rapide de la pâte à brioche.

5. Terminer la garniture

- Réunir la garniture et les champignons dans une sauteuse.
- Les étuver au beurre et ajouter 0,02 l de cognac ou de fine champagne.
- Mouiller avec la sauce américaine crémée et laisser mijoter durant quelques minutes.

6. Garnir les brioches

- Les garnir avec le petit ragoût de fruits de mer, mettre en évidence les escalopes de homard et replacer le couvercle des brioches.
- Dresser éventuellement le reste de garniture à part en timbale.



Brioche aux fruits de mer

PLATS SIMILAIRES

Bouchées bohémienne

- Petites brioches à tête évidées et séchées légèrement à l'entrée d'un four.
- Garnir d'un salpicon de foie gras et de truffes lié à la sauce madère très corsée.

Petits pâtés Dauphine

- Farces fines ou salpicons divers (gibier et champignons sauvages sauce salmis, petit ragoût de fruits de mer et farce mousseline de poisson, farce fine de volaille, brunoise de volaille et morilles) enrobés de pâte à brioche et moulés de la forme de petits pâtés individuels.

Coulibiac de saumon, beurre blanc à l'aneth

- Filets de saumon pochés au paprika, alternés de champignons à la crème, d'œufs durs, de vésiga (moelle épinière d'esturgeon) et de kaché (semoule de sarrasin).
- Envelopper dans des crêpes à l'aneth puis enrober dans une abaisse de pâte à brioche.
- Servir avec un beurre blanc à l'aneth.



Saucisse de Morteau briochée au vieux porto



FRITÔTS DE CERVELLE ORLY

Petits morceaux de cervelle d'agneau pochés, marinés et enrobés de pâte à frire, puis frits. Ils sont servis accompagnés de persil frit et de sauce tomate.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- cervelle d'agneau	kg	1,200		
- vinaigre d'alcool coloré	l	0,05		
Court-bouillon				
- eau	l	1,5		
- vinaigre d'alcool coloré	l	0,05		
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- bouquet garni	pièce	1		
- poivre en grains	kg	PM		
Marinade instantanée				
- huile d'arachide	l	0,10		
- citron (1 pièce)	kg	0,100		
- persil	kg	PM		
- cerfeuil	botte	1/8		
- estragon	botte	1/8		
- fleur de thym	botte	PM		
Pâte à frire				
- farine type 55	kg	0,200		
- sel fin	kg	0,004		
- œufs (entiers)	pièce	2		
- lait ou bière	l	0,20		
- huile	l	0,04		
- œufs (blancs)	pièce	3		
Sauce tomate				
- beurre	kg	0,040		
- poitrine de porc demi-sel	kg	0,080		
- carottes	kg	0,080		
- oignons	kg	0,080		
- farine	kg	0,040		
- concentré de tomate		0,080		
- eau ou fond blanc	l	0,80		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail (2 gousses)	kg	0,010		
Beurre pour tamponner la sauce	kg	0,020		
Finition				
- persil en branches	kg	0,40		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 10 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*?? min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les cervelles - 10 min *(voir p. 235)*
- Les dégorger à l'eau courante et les limoner.
- Eliminer toutes les adhérences sanguinolentes sous un filet d'eau et les dégorger à nouveau dans de l'eau légèrement vinaigrée. Les rincer et les égoutter.

3. Préparer le court-bouillon - 15 min
- Réunir dans une russe 1,5 l d'eau, 0,05 l de vinaigre, les carottes, les oignons émincés et le bouquet garni.
- Saler au gros sel et cuire le court-bouillon à faible ébullition durant 15 min environ.
- Ajouter quelques grains de poivre écrasés et passer le court-bouillon au chinois étamine.

4. Confectionner la sauce tomate - 25 min *(voir p. 289)*
- La tamponner et la réserver à couvert au bain-marie.

5. Pocher les cervelles - 5 min
- Les plonger dans le court-bouillon bouillant et les laisser cuire lentement durant une dizaine de minutes environ.
- Les refroidir rapidement dans le court-bouillon.

6. Confectionner la pâte à frire - 20 min *(voir p. 523)*

7. Mettre les cervelles en marinade instantanée - 5 min
- Egoutter soigneusement les cervelles.
- Les escaloper en morceaux réguliers.
- Assaisonner les escalopes de cervelle et les disposer dans une plaque à débarrasser en acier inoxydable avec l'huile, le jus de citron, les herbes hachées et la fleur de thym.
- Les laisser mariner durant une vingtaine de minutes au maximum.

8. Terminer la pâte à frire - 10 min
- Ajouter une pincée de sel fin aux blancs d'œufs et les monter en neige ferme.
- Les incorporer délicatement à la pâte de base.
- Assouplir le mélange en incorporant d'abord le quart des blancs d'œufs battus en neige, puis très délicatement le reste en soulevant la pâte à l'aide d'une petite écumoire et en faisant pivoter la calotte dans le sens inverse du mélange.

9. Frire les fritôts - 10 min *(voir p. 451)*
- Enrober de pâte à frire les escalopes de cervelle marinées.
- Les frire dans un bain de friture chauffé à 170/180 °C.
- Les retourner délicatement à l'aide d'une araignée pour régulariser la coloration.
- Egoutter les fritôts sur du papier absorbant.
- Les saler sans excès.

10. Dresser les fritôts de cervelle - 5 min
- Les dresser légèrement en dôme sur un plat rond recouvert de papier gaufré ou d'une serviette.
- Disposer des bouquets de persil frit tout autour.
- Dresser la sauce tomate en saucière.

REMARQUE : La même préparation peut être réalisée à partir d'amourettes ou de fraise de veau (voir règlementation en vigueur).



Fritôts de cervelle Orly

Matériel de préparation :

- 2 petites calottes
- 1 fouet à sauce
- 1 bassin à blancs
- 1 chinois étamine
- 3 plaques à débarrasser
- 1 fouet à blancs
- 1 planche à découper
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne
- 1 petite russe ou une petite sauteuse

Matériel de dressage :

- plats ronds plats
- papier gaufré ou serviettes
  ou
- assiettes de base
- saucières

FRITÔTS D'AILERONS DE VOLAILLE AU CURRY

1. Mettre en place le poste de travail

2. Parer et désosser 24 ailerons de volaille

- N'utiliser que les gros ailerons («bras»).
- Sectionner les ailerons au-dessous de l'articulation de l'aile.
- Manchonner le radius et dégager le cubitus.

3. Réaliser la farce mousseline de volaille *(voir p. 325)*

- Utiliser 0,200 kg de blanc de volaille dépouillé et désossé, 1/2 blanc d'œuf et 0,15 l de crème fleurette.
- Y ajouter 0,100 kg d'oignons finement ciselés, tombés au beurre et refroidis.

4. Farcir les ailerons de volaille

- Les farcir avec la farce mousseline en utilisant une poche munie d'une douille ronde et unie de petite section.

5. Pocher les ailerons de volaille

- Les pocher durant 15 min dans un fond blanc de volaille très corsé.

6. Mettre les ailerons de volaille à mariner

- Assaisonner et mettre les ailerons à mariner avec 2 yaourts nature, 0,020 kg de gingembre finement râpé, 0,100 kg d'oignons ciselés, 2 gousses d'ail hachées et 0,010 kg de poudre de curry medium.

7. Réaliser la sauce curry

- Suer au beurre 0,100 kg de pommes, et ajouter 0,020 kg de curry. Les faire suer lentement.
- Singer, tomater légèrement et ajouter 0,60 l de fond blanc de volaille (le fond ayant servi à pocher les ailerons).
- Laisser réduire lentement durant une vingtaine de minutes.
- Ajouter la marinade des ailerons de volaille et 0,10 l de crème.
- Réduire à nouveau et vérifier l'assaisonnement.
- Passer au mixeur, puis au chinois étamine.
- Tamponner et réserver la sauce à couvert au bain-marie.

8. Réaliser la pâte à frire

9. Frire les ailerons de volaille

- Enrober de pâte à frire les ailerons de volaille en les maintenant par le radius.
- Les frire dans un bain de friture chauffé à 170/180 °C.
- Les égoutter sur du papier absorbant et les saler.

10. Dresser les ailerons de volaille

- Dresser les ailerons sur un plat rond garni d'un papier gaufré.
- Disposer une papillote sur les petits os, garnir le centre de persil en branches frit.
- Servir la sauce curry à part en saucière.

PLATS SIMILAIRES

Fritôts de pieds de veau ou de mouton, sauce tartare

- Pieds de veau ou de mouton dégorgés, blanchis et désossés.
- Cuire dans un blanc. Egoutter, détailler en morceaux réguliers.
- Mariner dans une marinade instantanée.
- Enrober de pâte à frire, puis frire à 170/180 °C.
- Accompagner de citrons historiés, persil frit et sauce tartare.

Fritôts de fraise de veau, sauce diable

- Fraise de veau dégorgée, blanchie et cuite dans un blanc.
- Egoutter, détailler en morceaux réguliers.
- Mariner et enrober de pâte à frire.
- Cuire dans un bain de friture très chaud.
- Servir avec citrons historiés, persil frit et sauce diable.

Beignets de langoustines, sauce andalouse

- Queues de langoustines décortiquées à cru (sauf la nageoire caudale).
- Mariner (huile d'olive, citron, échalotes ciselées, herbes fraîches).
- Enrober de pâte à frire et cuire dans un bain de friture très chaud.
- Dresser sur serviette avec citrons historiés, persil frit et sauce andalouse (sauce mayonnaise additionnée de fondue de tomates et d'une brunoise de poivrons).



Fritôts d'ailerons de volaille au curry



CRÊPES FARCIES FAÇON FICELLES PICARDE

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Pâte à crêpes				
- farine	kg	0,250		
- sel fin	kg	0,005		
- œufs entiers	pièce	3		
- lait	l	0,50		
- beurre	kg	0,050		
Huile pour les poêles	l	0,05		
Duxelles de champignons				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes grises	kg	0,040		
- champignons de Paris	kg	0,400		
- persil	kg	0,040		
- citron (facultatif) 1/2 pièce	kg	0,050		
Sauce crème				
- beurre	kg	0,040		
- farine	kg	0,040		
- lait	l	0,40		
- crème liquide	l	0,40		
Beurre pour tamponner	kg	0,020		
Garniture				
- jambon de Paris D.D. (dégraissé et découenné)	kg	8 tranches fines		
Finition				
- gruyère râpé :				
- pour le gratin	kg	0,080		
- pour la garniture	kg	0,040		
- beurre :				
- pour le gratin	kg	0,040		
- pour le plat	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
- noix de muscade		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 25 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			?? min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation de cuisson et de dressage.

2. Réaliser la pâte et les crêpes - 20 min *(voir p. 525/527)*
- Réaliser 16 pièces de crêpes salées très fines de 20 cm de diamètre.

3. Réaliser la duxelles de champignons - 20 min *(voir p. 316/317)*

4. Réaliser la sauce crème et la tenir très liquide - 15 min *(voir p. 288)*
- Réaliser le roux blanc et le laisser refroidir.
- Mouiller avec le lait et la crème bouillants.
- Cuire lentement durant quelques minutes.
- Assaisonner : sel fin, piment de Cayenne et noix de muscade.
- Passer au chinois étamine.
- Tamponner, couvrir et réserver au bain-marie.

5. Laver, équeuter, essorer et hacher le persil - 5 min

6. Terminer la garniture - 5 min
- Lier la duxelles avec le 1/3 de la sauce crème.
- Ajouter le persil haché et les 0,040 kg de gruyère râpé et tamisé.
- Vérifier l'assaisonnement.

7. Réaliser le montage des ficelles - 10 min
- Déposer les crêpes la face cuite en premier en dessous, sur le plan de travail recouvert d'un film alimentaire.
- Les recouvrir d'une demi-tranche fine de jambon de Paris D.D.
- Les masquer avec une fine couche de duxelles liée.
- Les rouler très serrées afin qu'elles restent longues et fines comme des «ficelles».

8. Gratiner les ficelles - 3 min
- Beurrer les plats à gratin.
- Disposer les ficelles côte à côte légèrement en diagonale dans le plat à gratin.
- Les napper sans excès avec le reste de la sauce crème.
- Les saupoudrer avec le gruyère râpé et tamisé.
- Parsemer le dessus avec quelques parcelles de beurre ou quelques gouttes de beurre fondu.
- Gratiner dans un four très chaud durant une dizaine de minutes.

9. Dresser les ficelles - 2 min
- Essuyer soigneusement les bords des plats à gratin.
- Les disposer sur les dessous de plat recouverts de papier gaufré.



Crêpes farcies, façon ficelles picardes

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 passoire
- 1 calotte moyenne
- 1 ramequin
- 1 chinois étamine
- 2 grandes calottes
- 1 planche à découper
- 1 petit fouet à sauce
- 1 petit bain-marie
- 1 tamis et 1 pilon

Matériel de cuisson :

- 1 ou 2 petites poêles à crêpes de 20 cm de diamètre
- 2 sauteuses moyennes
- 1 petite russe

Matériel de dressage :

- plats à gratin (type plats sabots)
- dessous de plats longs
- papier gaufré

CRÊPES FARCIES AUX FRUITS DE MER, SAUCE VIN BLANC AU CURRY

- Réaliser 0,50 l d'appareil à crêpes salé avec 0,250 kg de farine, 0,005 kg de sel, 3 œufs, 0,50 l de lait et 0,050 kg de beurre.
- Réaliser 16 crêpes fines de 20 cm de diamètre.
- Ouvrir 0,800 kg de moules et 0,800 kg de coques avec 0,050 kg de beurre, 0,10 l de vin blanc et du persil haché.
- Egoutter et rincer 0,200 kg de crevettes.
- Ebarber les moules.
- Décortiquer les coques.
- Cuire «à blanc» 0,250 kg de champignons de Paris *(voir p. 390).*
- Réaliser 0,50 l de sauce vin blanc au curry, avec 0,040 kg d'échalotes ciselées, 0,40 kg de pommes fruit, 0,40 l de velouté de champignons et de poisson, 0,10 l de cuisson de moules et coques décantée et 0,20 l de crème.
- Lier le petit ragoût de fruits de mer et de champignons avec la sauce vin blanc au curry.
- Ajouter un petit bottillon de ciboulette ciselée.
- Garnir les crêpes à demi (ne pas les rouler) la face cuite en premier sur le dessus.
- Dresser sur plat ou sur assiette.
- Accompagner d'un petit bouquet de salade frisée assaisonnée à l'huile de pépins de raisin et au vinaigre de cidre.

PLATS SIMILAIRES

Crêpes farcies océane

- Crêpes farcies avec un petit ragoût de poissons panachés lié à la sauce vin blanc.
- La garniture peut comporter une fondue de légumes taillés en julienne, une fondue d'épinards, d'endives, de poireaux, d'oignons, de fenouil, ...

Crêpes farcies façon grand-mère

- Rouler des endives meunière dans des tranches fines de jambon blanc D.D. puis dans des crêpes.
- Napper de sauce Mornay et gratiner.

Crêpes farcies à la reine

- Farcir les crêpes d'un petit ragoût de volaille et de champignons lié à la sauce suprême.
- Dresser et disposer un cordon de sauce suprême tout autour.



Crêpes farcies aux fruits de mer à l'américaine



SOUFFLÉS AU FROMAGE

Hors-d'œuvre chaud réalisé à partir d'une sauce Mornay (sauce béchamel additionnée de jaunes d'œufs et de gruyère râpé) et allégé avec des blancs montés en neige.
Moulé en moules «à soufflé» et cuit à la commande, il doit être servi sans attente.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Appareil à soufflé (sauce Mornay)				
- beurre	kg	0,060		
- farine	kg	0,060		
- lait	l	0,50		
- œufs (jaunes)	pièce	4		
- beurre (pour tamponner)	kg	0,010		
- œufs (jaunes)	pièce	2		
- gruyère râpé et tamisé	kg	0,160		
Finition				
- œufs (blancs)*	pièce	8 à 10		
Chemisage				
- beurre	kg	0,020		
- farine	kg	0,020		
Décor				
- gruyère en lamelles	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
- noix de muscade		PM		
** 6 blancs d'œufs sont récupérés lors de la réalisation de la sauce Mornay.*				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			20 à 25 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Chemiser les moules à soufflé - 3 min *(voir p. 353)*
- Beurrer soigneusement et uniformément les moules à soufflé à l'aide d'un pinceau.
- Fariner et éliminer l'excédent de farine en retournant les moules et en veillant à ne pas enlever le chemisage avec les doigts lors des manipulations.

3. Confectionner le roux blanc - 5 min *(voir p. 280)*
- Refroidir rapidement.

4. Préparer le gruyère - 5 min
- Passer au tamis les 0,150 kg de gruyère râpé.
- Détailler le reste en 8 losanges réguliers.

5. Confectionner l'appareil à soufflé - 15 min
- Mettre le lait à bouillir.
- Verser le lait bouillant sur le roux froid (procéder en 2 à 3 fois).
- Remuer à l'aide d'un petit fouet à sauce.
- Porter à ébullition.
- Cuire la sauce Béchamel en remuant sans discontinuer durant 3 à 4 min.
- Assaisonner avec le sel fin, le piment de Cayenne et la noix de muscade.
- Ajouter hors du feu les 4 jaunes d'œufs.
- Reporter à ébullition pendant quelques secondes.
- Débarrasser l'appareil dans une grande calotte en inox.
- Corner et tamponner la surface avec un peu de beurre.
- Recouvrir d'un film plastique alimentaire et réserver à une température voisine de + 63 °C.

6. Terminer l'appareil à soufflé - 10 min
- Monter les 10 blancs en neige ferme avec une pincée de sel.
- Ajouter les 2 jaunes d'œufs crus à l'appareil.
- Détendre l'appareil en lui incorporant un peu de blancs d'œufs en neige.
- Ajouter progressivement le gruyère tamisé.
- Incorporer délicatement le reste des blancs d'œufs en neige, en soulevant l'appareil et en tournant la calotte d'un quart de tour à chaque coup d'écumoire.

7. Mouler les soufflés - 3 min
- Remplir les moules jusqu'à 1 cm des bords.
- Egaliser la surface à la spatule.
- Disposer les losanges de gruyère sur les soufflés (en couronne).

8. Marquer les soufflés en cuisson - 4 min
- Démarrer les soufflés sur la plaque du fourneau, éventuellement au bain-marie pendant 2 à 3 min.
- Cuire au four (180 °C voûte et 200 °C sole) pendant 20 à 25 min suivant la grosseur et l'épaisseur des moules.
- Si nécessaire, décoller les bords des soufflés à l'aide de la pointe d'un petit couteau d'office au bout de 5 min de cuisson.

9. Dresser les soufflés - 5 min
- Disposer le soufflé sur un plat rond recouvert d'un papier gaufré.
- Servir immédiatement.

REMARQUE : Les soufflés se font marcher à la commande, il faut compter 20 à 25 min de cuisson et d'attente pour le client, pour un soufflé de 4 couverts.


Soufflé au fromage

Matériel de préparation :

- 1 grande calotte
- 1 fouet à sauce
- 1 pinceau
- 1 tamis
- 1 bassin à blancs
- 1 fouet à blancs
- 1 ramequin

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne
- 1 sauteuse moyenne
- moules ou bols à soufflés

Matériel de dressage :

- plats ronds plats
- papier gaufré rond

CRÊPES SOUFFLÉES AU ROQUEFORT ET AUX NOIX

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser un demi-litre d'appareil à crêpes et réaliser les crêpes *(voir p. 527)*

3. Préparer la garniture
- Tamiser 0,100 kg de roquefort.
- Hacher 0,100 kg de noix.

4. Confectionner l'appareil à soufflé
- Le réaliser selon la méthode ci-contre avec la moitié des proportions.
- Incorporer progressivement, en même temps que les blancs d'œufs montés en neige, le roquefort et les noix concassées.

5. Garnir les crêpes
- Disposer les crêpes sur le plan de travail recouvert d'une feuille de papier sulfurisé.
- Placer la plus belle face des crêpes au-dessous (la face cuite en premier).
- Garnir les crêpes avec l'appareil à soufflé.
- Les replier sans les presser.

6. Marquer les crêpes soufflées en cuisson
- Beurrer un grand plat allant au four.
- Disposer les crêpes en diagonale sans les serrer (les chevaucher très légèrement).
- Cuire au four à 200 °C durant 6 à 8 min.

7. Dresser les crêpes
- S'assurer de leur cuisson.
- Les disposer sur assiettes très chaudes à raison de 2 crêpes soufflées par personne.

PLATS SIMILAIRES

Soufflé à la volaille et aux champignons
- Réaliser un appareil à soufflé sur un velouté de volaille tenu serré.
- Ajouter un blanc de volaille haché, une brunoise de blanc de volaille et une Duxelles de champignons très blanche.

Soufflé au jambon et aux épinards
- Réaliser un appareil à soufflé sur une sauce Mornay selon la méthode ci-contre.
- Ajouter une brunoise de jambon, des épinards sautés au beurre noisette pressés et hachés (renforcer l'appareil en jaunes d'œufs si nécessaire).

Soufflé au saumon et à l'oseille
- Réaliser un appareil à soufflé sur un velouté de poisson tenu serré.
- Ajouter des filets de saumon sautés et hachés, une brunoise de saumon sautée et une chiffonnade d'oseille étuvée.


Crêpes soufflées aux roquefort



CROUSTILLANT DE TOURTEAU ET DE CALMARS À L'AMÉRICAINE

Superposition de feuilles de brick séchées au four, de tourteau et de calmars à l'américaine

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- crabe décortiqué	kg	0,400		
- pinces de crabes décortiquées	pièce	8		
- petits calmars préparés	kg	0,800		
Sauce américaine				
- huile d'olive	l	0,02		
- carottes	kg	0,080		
- oignons	kg	0,080		
- échalotes	kg	0,040		
- tomates grosses	kg	0,200		
- concentré de tomate	kg	0,020		
- ail	kg	0,020		
- bouquet garni	pièce	1		
- cognac	l	0,02		
- vin blanc	l	0,04		
- fond d'américaine*	l	1		
- estragon	botte	1/4		
- cerfeuil	botte	1/4		
Liaison et finition de la sauce				
beurre manié :				
- beurre	kg	0,020		
- farine	kg	0,020		
- beurre pour tamponner	kg	0,010		
- crème	l	0,20		
- cerfeuil	botte	1/4		
- estragon	botte	1/4		
- cognac	l	0,01		
Feuilles de brick	pièce	8		
- beurre	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
** Utiliser du fond de sauce américaine ou du fumet de poisson déshydraté ou appertisé U.H.T.*				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 5 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			***45 min à 1 h***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Marquer les blancs de calmars en cuisson à l'américaine - 20 min *(voir p. 292)*
- Les égoutter en fin de cuisson et les réserver au chaud.

3. Lier et terminer la sauce américaine - 10 min
- La lier avec le beurre manié et bien la faire réduire.
- Crémer et réduire à nouveau.
- La passer au chinois étamine et la réserver au bain-marie.
- Tamponner.

4. Détailler les disques de feuilles de brick et les colorer - 10 min
- Détailler 24 disques de 8 cm de diamètre.
- Les badigeonner de beurre, les saler et les cuire au four entre deux plaques afin qu'ils restent plats.

5. Chauffer la chair de crabe - 6 min
- La chauffer avec un peu de sauce américaine crémée, un filet de cognac, l'estragon et le cerfeuil fraîchement hachés.

6. Chauffer les pinces de crabes - 2 min
- Les chauffer avec un peu de sauce américaine.

7. Chauffer les calmars - 2 min
- Les chauffer avec un peu de sauce américaine.

8. Dresser les croustillants - 10 min
- Disposer un disque de brick au centre de chaque assiette.
- Garnir chacun avec le crabe à l'américaine.
- Disposer un autre disque et une autre couche de crabe. Terminer par les derniers disques.
- Disposer harmonieusement trois petits bouquets de calmars par assiette.
- Placer une pince de crabe sur le dessus de chaque croustillant.
- Lustrer au beurre clarifié.
- Décorer avec quelques pluches de cerfeuil.



Croustillant de tourteau et de calmars à l'américaine

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 bahut moyen
- 2 petites calottes
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 rondeau plat
- 1 grande sauteuse
- 3 petites sauteuses
- 2 plaques à pâtisserie

Matériel de dressage :

- assiettes de base

«MILLE-FEUILLE» DE THON ROUGE À LA PIPERADE

1. Marquer la piperade en cuisson

- Suer 0,200 kg d'oignons émincés avec 0,04 l d'huile d'olive.
- Ajouter 0,200 kg de poivrons verts et rouges mondés, épépinés et taillés en fines lanières.
- Ajouter 0,400 kg de tomates mondées, épépinées et concassées, 2 gousses d'ail entières et 1 bouquet garni.
- Assaisonner.
- Cuire jusqu'à complète évaporation de l'eau de végétation.

2. Détailler 24 disques de 8 cm de diamètre dans des feuilles de brick

- Les badigeonner avec du beurre fondu et en parsemer 8 de graines de sésame ou de pavot bleu.
- Les colorer sous la salamandre ou au four entre deux plaques pour qu'ils restent plats.

3. Réaliser la sauce

- Réduire 0,05 l de vinaigre balsamique avec 0,10 l de fond brun de volaille fortement réduit à glace. Emulsionner avec 0,10 l d'huile d'olive.

4. Sauter les tranches de thon

- Assaisonner 16 tranches régulières de thon de 0,060 kg à 0,080 kg chacune.
- Les sauter à la commande dans une grande poêle antiadhésive avec un peu d'huile d'olive. Les maintenir «rosées», le thon dessèche rapidement.

5. Dresser les «mille-feuille»

- Disposer un disque de brick au centre de chaque assiette.
- Monter par couche successive, piperade, thon, disque de brick, piperade et thon.
- Disposer en dernier les disques avec les graines en les décalant légèrement de manière à apercevoir le thon.
- Disposer tout autour un cordon de sauce dissociée.
- Parsemer de dés de pulpe de tomates et de brins de ciboulette.

PLATS SIMILAIRES

Balluchons de coquilles Saint-Jacques et morilles à l'américaine

- Feuilles de brick en forme d'aumônières, garnies d'un petit ragoût de coquilles Saint-Jacques et de morilles sauce américaine crémée.

Aumônières de moules et de coques aux pommes safranées

- Garnir les aumônières d'un petit ragoût de moules, de coques et de pommes reinettes lié au velouté de moule safrané.
- Sécher et colorer les aumônières durant quelques minutes au four.

Brick au thon et à la ratatouille

- Garnir les feuilles de brick de ratatouille et de dés de thon sautés à l'huile d'olive.
- Frire et servir avec des feuilles de coriandre frites.



«Mille-feuille» de thon rouge à la pipérade



SPAGHETTI NAPOLITAINE

Pâtes industrielles assaisonnées au beurre, servies avec une garniture de sauce tomate, de tomates concassées et de gruyère ou de parmesan râpé.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- spaghetti (0,080 kg par personne)	kg	0,640		
- beurre	kg	0,080		
Sauce tomate				
- beurre	kg	0,050		
- poitrine de porc demi-sel	kg	0,080		
- carottes	kg	0,080		
- oignons	kg	0,080		
- farine	kg	0,040		
- concentré de tomate	kg	0,080		
- eau ou fond blanc	l	0,80		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail (2 gousses)	kg	0,010		
- beurre (pour tamponner la sauce)	kg	0,020		
Fondue de tomates				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- tomates (grosses)	kg	0,800		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail (2 gousses)	kg	0,010		
- concentré de tomate (facultatif)	kg	PM		
Finition				
- gruyère ou parmesan râpé	kg	0,160		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- sucre semoule		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	

DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION	***1 h 10 min***
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : sauce tomate	***1 h***
Spaghetti	***8 à 10 min***

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les légumes - 5 min
- Eplucher, laver les carottes, les oignons, les échalotes et les gousses d'ail.
- Laver et équeuter le persil.
- Laver et éliminer le pédoncule des tomates.

3. Marquer la sauce tomate en cuisson - 25 min *(voir p. 289/291)*
- Eliminer la couenne et détailler la poitrine de porc en lardons.
- Blanchir (départ eau froide), écumer et égoutter.
- Détailler en petits dés (brunoise) les carottes et les oignons.
- Confectionner le bouquet garni.
- Dégermer et écraser les gousses d'ail.
- Faire fondre la poitrine de porc avec le beurre dans une sauteuse.
- Ajouter les carottes, les oignons et suer la mirepoix avec une très légère coloration.
- Singer et blondir le roux au four ou sur la plaque du fourneau.
- Tomater et cuire à nouveau pendant quelques minutes.
- Refroidir le roux.
- Mouiller avec l'eau ou le fond blanc bouillant.
- Ajouter l'eau de végétation et les graines des tomates de la fondue.
- Remuer au fouet jusqu'à reprise de l'ébullition.
- Ajouter le bouquet garni et les gousses d'ail.
- Assaisonner : sel fin, poivre du moulin et une pincée de sucre.
- Cuire à couvert (à 180 °C) pendant environ une heure au four.
- Passer la sauce au chinois étamine.
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Tamponner en surface et réserver à couvert la sauce au bain-marie.

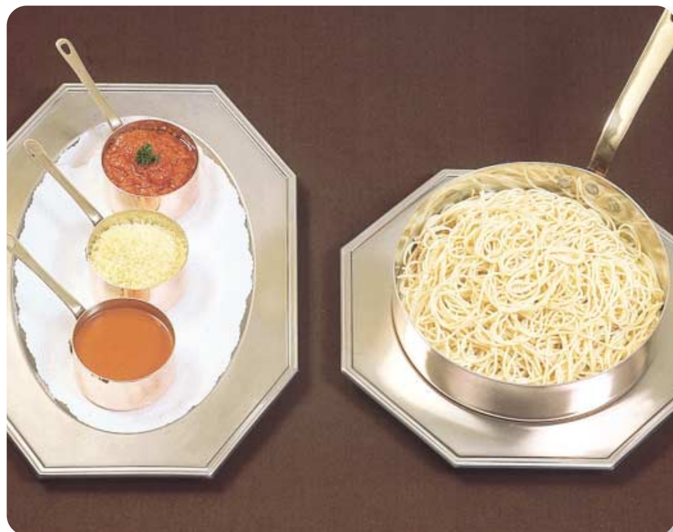
4. Marquer la fondue de tomate en cuisson - 15 min
(voir p. 320/321)

5. Préparer le gruyère - 5 min
- Tamiser et dresser le fromage dans une saucière ou dans un petit ravier.

6. Marquer les spaghetti en cuisson - 6 min *(voir p. 384/385)*
- Cuire les spaghetti (8 à 10 min avant l'envoi) dans une grande quantité d'eau bouillante salée (1 l d'eau pour 0,100 kg de pâtes et 0,008 à 0,010 kg de gros sel).
- Ne pas couvrir pour éviter les risques de débordement.
- Remuer de temps en temps pour empêcher les pâtes de s'agglo-mérer au fond du récipient.
- Vérifier fréquemment l'à-point de la cuisson, l'arrêter avec un peu d'eau froide.
- Egoutter les spaghetti et les rincer partiellement à l'eau bouillan-te (les spaghetti sont prêts lorsque le point blanc central disparaît).
- Lier les spaghetti au beurre et vérifier l'assaisonnement.

7. Dresser les spaghetti - 4 min
- Dresser les spaghetti dans le légumier ou le sautoir chauffé au préalable.
- Dresser séparément la sauce tomate, la fondue de tomate et le fro-mage en saucières.

Remarque : *Pour cuire les pâtes de «fabrication industrielle» à l'avance, les garder fermes (cuisson al dente) et les rafraîchir parfaitement. Elles sont ensuite remises en température en les plongeant quelques secondes dans une chauffante bouillante et salée.*



Spaghetti napolitaine

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 petite passoire
- 2 petits bains-marie
- 1 grande calotte
- 1 tamis et 1 pilon
- 1 chinois étamine
- 1 petit fouet à sauce

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe ou un rondeau haut
- 2 sauteuses moyennes
- 1 petite russe
- 1 couvercle

Matériel de dressage :

- grands légumiers
- sous-bols
- papier gaufré
- saucières
- dessous de saucières

SPAGHETTI BOLOGNAISE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Marquer une fondue de tomate *(voir p. 320/321)*

- Utiliser 0,040 kg de beurre, 0,040 kg d'échalotes ciselées, 0,800 kg de tomates, éventuellement 0,020 kg de concentré de tomate pour renforcer la couleur,1 bouquet garni et 2 gousses d'ail.

3. Marquer la bolognaise en cuisson

1ère méthode : technique du sauté minute.

- Détailler un morceau de 0,400 kg de queue de filet de bœuf en petits dés d'1 cm de côté.
- Les sauter vivement et rapidement avec 0,04 l d'huile presque fumante, bien les saisir et les maintenir saignants.
- Débarrasser les petits dés de bœuf, les assaisonner et les réserver.
- Dégraisser la sauteuse et ajouter 0,100 kg d'oignons finement ciselés. Suer durant quelques minutes.
- Mouiller avec 0,50 l de fond brun de veau fortement tomaté.
- Ajouter 2 gousses d'ail finement hachées et un bouquet garni.
- Cuire pendant une dizaine de minutes, écumer et dépouiller si nécessaire.
- Eliminer le bouquet garni et ajouter les petits dés de filet de bœuf. Ne plus faire bouillir.
- Vérifier l'assaisonnement, tamponner en surface et réserver la bolognaise à couvert au bain-marie.

2ème méthode : technique par braisage.

Si la viande est de catégorie inférieure, laisser cuire lentement la viande dans la sauce durant 1 h à 1 h 30 (suivant sa qualité).

4. Râper et tamiser le gruyère ou le parmesan

- Le réserver dans une saucière ou dans un petit ravier.

5. Marquer les spaghetti en cuisson

- 8 à 10 min avant l'envoi, cuire les spaghetti dans une grande quantité d'eau bouillante salée (1 l d'eau environ pour 0,100 kg de pâtes et 0,008 à 0,010 kg de gros sel). Remuer jusqu'à la reprise de l'ébullition.
- Vérifier fréquemment l'à-point de la cuisson, l'arrêter avec un peu d'eau froide.
- Egoutter les spaghetti et les rincer partiellement à l'eau bouillante pour ne pas les refroidir.
- Lier les spaghetti avec 0,080 kg de beurre.
- Vérifier l'assaisonnement.

6. Dresser les spaghetti

- Dresser les spaghetti dans un légumier ou dans un sautoir de service beurré.
- Dresser séparément la bolognaise, la fondue de tomate et le gruyère râpé ou le parmesan (les finitions s'effectuent en salle devant le client).

PLATS SIMILAIRES

Spaghetti milanaise

- Lier les spaghetti au beurre. Les accompagner de gruyère, ou de parmesan râpé et tamisé, de fondue de tomate et d'une garniture milanaise : julienne de champignons, de truffes, de langue écarlate et de jambon étuvée au beurre, déglacer au madère, réduire et mouiller avec un fond brun de veau tomaté.

Spaghetti à la carbonara

- Spaghetti liés au beurre et additionnés de petits lardons de poitrine de porc fumée, blanchis et sautés à l'huile. Déglacer avec de la crème, réduire légèrement, lier avec des jaunes d'œufs et verser sur les spaghetti. Servir avec du gruyère ou du parmesan tamisé.

Macaroni Nantua

- Macaroni liés au beurre et à la sauce Nantua crémée.
- Garnir de queues d'écrevisses et parsemer de truffes bien noires taillées en julienne.

Macaroni au gratin

- Macaroni liés au beurre et à la sauce Mornay peu liée et crémée.
- Napper de la même sauce, saupoudrer de gruyère tamisé et gratiner au four.



Spaghetti bolognaise



TAGLIATELLES AUX DEUX SAUMONS

Pâtes fraîches taillées en bandelettes, servies avec une sauce légèrement crémée, garnies de petits dés de saumon frais et fumé sautés à l'huile d'olive.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Pâte à nouilles				
- farine type 45	kg	0,400		
- sel fin	kg	0,008		
- œufs (entiers)	pièce	4		
- huile (facultatif)	l	0,02		
ou				
- farine type 45	kg	0,300		
- semoule de blé fine	kg	0,100		
- œufs (entiers)	pièce	4		
- sel fin	kg	0,008		
- huile (facultatif)	l	0,02		
Farine pour fleurer le tour	kg	0,050		
Huile (pour la cuisson)	l	0,04		
Liaison				
- beurre	kg	0,040		
Garniture				
- huile d'olive	l	0,04		
- ail (4 gousses)	kg	0,020		
- saumon frais (filets dépouillés et parés)	kg	0,300		
- saumon fumé	kg	0,100		
- crème liquide	l	0,20		
- beurre	kg	0,040		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 20 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : *(selon l'épaisseur)*			***1 à 2 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la pâte à nouilles - 15 min *(voir p. 511/513)*
- La diviser en 8 boules de 0,080 kg environ (chaque boule correspond à une portion).
- Les fariner légèrement, les envelopper dans un sac en plastique alimentaire et les réserver en enceinte réfrigérée durant 20 à 30 min.

3. Abaisser les boules de pâte - 15 min
- Leur donner une forme rectangulaire en les abaissant sur un tour fariné à l'aide d'un rouleau à pâtisserie.
- Terminer d'abaisser la pâte à l'aide d'un laminoir.
- Réserver les abaisses de pâte sur des grilles à pâtisserie recouvertes de papier sulfurisé fariné.
- Laisser sécher légèrement durant une dizaines de minutes.

4. Détailler les tagliatelles - 10 min
- Les détailler à l'aide du laminoir *(voir p. 513).*
- Les déposer délicatement au fur et à mesure sur les grilles à pâtisserie en veillant à ne pas les superposer.

5. Préparer le saumon - 10 min
- Détailler le saumon frais en petits dés d'1 cm de côté maximum.
- Emincer le saumon fumé en petites lamelles d'1 cm.

6. Préparer la garniture - 10 min
- Faire chauffer l'huile d'olive dans une grande sauteuse ou dans une poêle antiadhésive.
- Ajouter les gousses d'ail écrasées, les laisser suer et les retirer.
- Remonter en température et ajouter les dés de saumon frais.
- Les sauter vivement et rapidement (10 secondes maximum). Les assaisonner et ajouter le saumon fumé.
- Déglacer avec la crème et la réduire légèrement pour finir de cuire le saumon.
- Monter la sauce au beurre.
- Vérifier l'assaisonnement.

7. Cuire les pâtes fraîches - 10 min *(voir p. 383)*
- Les plonger au fur et à mesure des besoins dans une grande quantité d'eau bouillante salée et huilée en surface. Les cuire directement dans une passoire en acier inoxydable, elles seront plus faciles à égoutter.
- Remuer jusqu'à la reprise de l'ébullition.
- Ne pas couvrir (risque de débordement).
- Remuer de temps en temps pour empêcher les pâtes de s'agglomérer au fond de la passoire.
- Vérifier fréquemment l'à-point de la cuisson : elles doivent rester souples et légèrement résistantes sous la dent (al dente).
- Les égoutter soigneusement et les lier au beurre.
- Ajouter la garniture.
- Mélanger très délicatement.

8. Dresser les pâtes aux deux saumons - 5 min
- Les dresser brûlantes sur assiettes.
- Mettre en évidence quelques morceaux de saumon sur le dessus.
- Servir le parmesan à part.

REMARQUE : Cuire les pâtes fraîches à la commande, jamais à l'avance. Utiliser toujours une farine riche en gluten ou éventuellement la renforcer en semoule de blé de mouture très fine (SSSE).



Tagliatelles aux deux saumons

Matériel de préparation :

- 1 tamis
- 1 ramequin
- 1 planche à découper
- 1 plaque à débarrasser
- 1 corne ou coupe pâte
- 1 laminoir
- 2 petites calottes
- 1 passoire

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe ou un rondeau plat
- 1 grande poêle anti-adhésive

Matériel de dressage :

- grands légumiers
- sous-bols
- papier gaufré
  ou
- assiettes de base

RAVIOLI AUX LANGOUSTINES, COULIS DE CRUSTACÉS

1. Mettre en place le poste de travail

2. Confectionner la pâte à ravioli

- Utiliser 0,400 kg de farine de type 45 riche en gluten, 0,010 kg de sel, 2 œufs entiers, 2 jaunes, 0,05 l d'huile et un peu d'eau.

3. Décortiquer 24 pièces de langoustines de 0,080 kg chacune

- Les réserver en enceinte réfrigérée.
- Les mettre en marinade instantanée avec huile d'olive, jus de citron et fleur de thym.
- Broyer ou piler les carapaces.

4. Réaliser 1 litre de sauce américaine *(voir p. 292)*

- Y ajouter les carapaces de langoustines.

5. Réaliser une Duxelles de champignons sauvages

- Utiliser 0,500 kg de champignons sauvages et les hacher grossièrement.

6. Terminer la sauce américaine

- La passer au chinois en foulant fortement.
- Réduire le fond de sauce. Lui ajouter 0,10 l de crème et le réduire à nouveau.
- Le lier très légèrement et facultativement avec très peu de beurre manié.
- Monter la sauce américaine au beurre.
- Ajouter un peu de cerfeuil et d'estragon fraîchement hachés.
- Tamponner et réserver la sauce à couvert au bain-marie.

7. Sauter les langoustines

- Les faire raidir rapidement dans une poêle antiadhésive avec très peu d'huile d'olive. Les assaisonner et les réserver.

8. Confectionner les ravioli

- Les garnir avec une demi-queue de langoustine escalopée transversalement et un peu de Duxelles détendue avec de la sauce américaine.
- Dorer et bien souder les bords.
- Réserver les ravioli sur une grille à pâtisserie recouverte d'une feuille de papier sulfurisé farinée.
- Pocher les ravioli.
- Les cuire à la commande (au fur et à mesure des besoins) dans une grande quantité d'eau bouillante salée et huilée.

9. Dresser les ravioli aux langoustines

- Masquer le fond des assiettes avec un peu de sauce américaine crémée.
- Disposer les ravioli bien égouttés en couronne.
- Les lustrer au beurre à l'aide d'un pinceau.
- Décorer avec quelques brins de ciboulette.

REMARQUE : Peut se réaliser également avec des écrevisses sauce Nantua, du crabe, du homard ou de la langouste traités à l'américaine.

PLATS SIMILAIRES

Fettuccines aux fruits de mer

- Lier les fettuccines au beurre et à la sauce vin blanc ou américaine crémée.
- Garnir avec un petit ragoût de fruits de mer *(voir fiche n° 74, p. 772/773).*

Tagliatelles vertes au pistou gênois

- Colorer la pâte à nouilles avec un coagulat de chlorophylle *(voir p. 315).*
- Détailler les tagliatelles et les cuire à l'eau bouillante salée et huilée.
- Les lier avec le pistou gênois.
- Broyer au mortier deux gousses d'ail, 0,100 kg de pignons, un demi-bottillon de basilic et une pincée de gros sel.
- Ajouter 0,050 kg de pecorino (fromage de brebis) et 0,050 kg de parmesan. Monter avec 0,20 l d'huile d'olive (peut se réaliser au mixeur).



Ravioli aux langoustines, coulis de crustacés



▲
Soufflé au fromage



▲
Salade tiède de coquilles Saint-Jacques au jus de truffes.



▲
Ravioli aux langoustines, coulis de crustacés



LA CUISSON DES ŒUFS

Bref rappel de technologie

Les œufs sont classés en deux catégories de qualité (catégories A et B) et par poids et calibres (très gros, gros, moyens, petits). Les catégories A et B se décomposent en deux sous-catégories : les œufs extra-frais de moins de 9 jours (7 jours après la date de conditionnement) et les œufs frais.

Les œufs sont des produits particulièrement vulnérables s'ils ne sont pas traités dans des conditions d'hygiène strictes (voir tableau d'analyse des risques en fin de chapitre).

Il est préférable d'utiliser des œufs extra-frais pour les préparations où le jaune doit rester peu cuit (œufs à la coque, pochés, mollets) et d'utiliser des œufs frais pour les préparations où les œufs sont cuits entièrement.



Œufs frits au bacon





Techniques mises en œuvre

- Cuire des œufs durs
- Cuire des œufs mollets
- Cuire des œufs pochés
- Cuire des œufs en cocotte
- Cuire des œufs au plat
- Faire **sauter** des œufs à la poêle
- **Frire** des œufs
- Réaliser des omelettes roulées
- Réaliser des omelettes plates
- Réaliser une **Duxelles**
- Réaliser une fondue de tomate
- Réaliser une sauce Mornay
- Réaliser une sauce américaine
- Réaliser une sauce hollandaise
- Réaliser une sauce béarnaise
- Réaliser une clarification
- Monter un **aspic**



Œufs au plat aux fruits de mer



Œufs frits tyrolienne



Omelette nature



ŒUFS FARCIS CHIMAY

Œufs cuits «durs». Les blancs sont garnis d'une farce à base de jaunes durs hachés, de Duxelles de champignons, de persil et d'un peu de sauce Béchamel. Ils sont nappés de sauce Mornay et gratinés.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- œufs	pièce	12		
Duxelles sèche				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes grises	kg	0,040		
- champignons de Paris	kg	0,400		
- citron - 1/2 pièce (facultatif)	kg	0,050		
- persil	kg	0,040		
Sauce Mornay				
- beurre	kg	0,060 à 0,070		
- farine	kg	0,060 à 0,070		
- lait	l	1		
- œufs (jaunes)	pièce	3		
- gruyère râpé	kg	0,080		
- beurre (pour tamponner)	kg	0,020		
- beurre pour le plat	kg	0,020		
Finition				
- gruyère râpé	kg	0,080		
- beurre	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
- noix de muscade		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 40 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES ŒUFS :			*10 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Marquer les œufs en cuisson - 10 min *(voir p. 190/191)*
- Les cuire durant une dizaine de minutes à partir de la reprise de l'ébullition.

3. Préparer les légumes - 20 min
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil.
- Eplucher, laver et ciseler finement les échalotes.
- Eplucher, laver soigneusement les champignons et éventuellement les citronner.
- Emincer, hacher, puis presser les champignons *(voir p. 316/317)*

4. Marquer la Duxelles en cuisson - 5 min *(voir p. 316/317)*

5. Préparer le gruyère - 5 min
- Râper, tamiser et réserver la moitié du fromage pour le gratin.

6. Confectionner la sauce Béchamel - 15 min *(voir p. 286/287)*

7. Préparer les œufs - 10 min
- Ecaler, rincer les œufs et les couper en deux dans le sens de la longueur.
- Extraire les jaunes et les passer au tamis.
- Réserver les blancs sur une plaque en acier inoxydable.

8. Terminer la farce - 5 min
- Lier la Duxelles sèche avec un peu de sauce Béchamel.
- Ajouter le persil haché et le jaune d'œufs tamisés.
- Mélanger soigneusement et vérifier l'assaisonnement.

9. Terminer la sauce Mornay - 5 min
- Hors du feu ajouter les 3 jaunes d'œufs à la sauce Béchamel et reporter à ébullition pendant quelques secondes.
- Passer la sauce au chinois étamine dans un petit bain-marie.
- Incorporer délicatement la première moitié du gruyère tamisé.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Tamponner la surface et réserver la sauce à couvert au bain-marie.

10. Garnir les œufs - 10 min
- Farcir les œufs à l'aide d'une poche munie d'une grosse douille cannelée (douille à Chantilly).

11. Dresser et gratiner les œufs - 10 min
- Beurrer le fond d'un plat à gratin à l'aide d'un pinceau.
- Napper le fond du plat avec un peu de sauce Mornay.
- Ranger harmonieusement les œufs farcis dans le plat, à raison de 3 moitiés par personne.
- Napper uniformément avec le reste de la sauce.
- Saupoudrer avec le reste du gruyère tamisé.
- Arroser délicatement de beurre fondu.
- Essuyer soigneusement le bord du plat.
- Chauffer au four (200 °C) pendant quelques minutes et terminer le gratin sous la salamandre.
- Disposer le plat à gratin sur un dessous de plat recouvert d'un papier gaufré.

REMARQUE : La Duxelles de champignons peut être réalisée avec de l'échalote et de l'oignon ciselés. En grosse quantité, les champignons hachés doivent être pressés avant d'être marqués en cuisson.



Œufs farcis Chimay

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 tamis et 1 pilon
- 1 petit bain-marie
- 1 poche et 1 douille à crème chantilly (cannelée grandes dents)
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe et 1 grande passoire à queue
- 1 petite russe
- 2 sauteuses moyennes

Matériel de dressage :

- plats creux à gratin (type plats sabots)
- dessous de plats ovales
- papier gaufré

CÔTELETTES D'ŒUFS DURS, SAUCE TOMATE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Durcir et concasser 12 œufs

- Les concasser sur une feuille de papier sulfurisé ou les passer au travers d'un tamis muni d'une très grosse grille.

3. Préparer la garniture

- Laver, équeuter, essorer et concasser 0,040 kg de persil.
- Eplucher et laver 0,250 kg de champignons.
- Les tailler en brunoise et les faire étuver avec 0,020 kg de beurre.
- Détailler 0,150 kg de jambon blanc en petits dés.
- Les ajouter aux champignons.

4. Confectionner une sauce Béchamel très serrée

- Réaliser un roux blanc avec 0,080 kg de beurre et 0,080 kg de farine.
- Mouiller avec 0,50 l de lait bouillant et cuire la sauce Béchamel durant quelques minutes. Saler, poivrer et ajouter quelques râpures de noix de muscade.
- Ajouter 4 jaunes d'œufs hors du feu. Reporter à ébullition et incorporer délicatement les œufs durs concassés, le persil, le jambon et les champignons.
- Débarrasser l'appareil sous faible épaisseur dans une plaque recouverte d'un film plastique alimentaire. Le refroidir rapidement.

5. Confectionner les côtelettes

- Fariner le plan de travail.
- Diviser l'appareil en 16 parties égales.
- Façonner en forme de petites côtelettes.

6. Paner les côtelettes à l'anglaise

- Les passer successivement dans l'anglaise, puis dans la mie de pain.
- Les reformer si nécessaire à l'aide d'une spatule et les quadriller avec le dos d'un gros couteau.
- Simuler l'os de la côtelette en plaçant un petit morceau de macaroni à son extrémité.

7. Sauter les côtelettes au beurre clarifié ou les frire au moment de l'envoi

8. Dresser les côtelettes

- Les dresser en couronne sur un grand plat rond.
- Placer une papillote sur chaque côtelette pour cacher le macaroni.
- Garnir le centre de persil frit.
- Dresser à part une saucière de sauce tomate.

REMARQUE : Le même appareil peut être façonné en forme de petits œufs. Panés à l'anglaise, puis frits, ils sont servis sous l'appellation de croquettes d'œufs.

PLATS SIMILAIRES

Œufs durs à l'oseille

- Blanchir l'oseille à l'eau bouillante durant 4 à 5 min. L'égoutter et la passer au tamis.
- Lier la purée d'oseille avec de la sauce crème serrée (Béchamel + crème) et cuire durant une vingtaine de minutes pour que l'oseille perde son acidité.
- Lier la purée aux jaunes d'œufs (facultatif).
- La dresser dans un plat sabot beurré et disposer les œufs durs partagés en deux sur le dessus.

Œufs durs percheronne

- Rondelles d'œufs durs intercalées de rondelles de pommes de terre cuites en robe des champs et détaillées brûlantes.
- Napper de sauce crème montée au beurre (sauce Béchamel + crème).

Œufs durs à la tripe

- Oignons blanchis et compotés au beurre avec une légère coloration.
- Additionner de sauce crème, laisser cuire doucement et passer au chinois étamine (facultatif).
- Napper les œufs et saupoudrer de persil haché.



Côtelettes d'œufs durs, sauce tomate



ŒUFS MOLLETS FLORENTINE

Œufs cuits mollets, dressés sur des épinards sautés au beurre noisette, nappés de sauce Mornay, saupoudrés de gruyère râpé et gratinés.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- œufs extra-frais*	pièce	16		
- épinards frais	kg	2		
ou				
- épinards surgelés	kg	0,800		
- beurre	kg	0,080		
Sauce Mornay				
- beurre	kg	0,070		
- farine	kg	0,070		
- lait	l	1		
- œufs (jaunes)	pièce	3		
- gruyère râpé	kg	0,080		
- beurre (pour tamponner)	kg	0,020		
Beurre pour le plat	kg	0,020		
Finition				
- gruyère râpé	kg	0,080		
- beurre	kg	0,020		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
- noix de muscade		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 10 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES ŒUFS SELON LE CALIBRE :			***5 à 6 min***	

** En restauration, il est d'usage de servir deux œufs par personne. Cependant en restauration collective, lorsque les œufs sont servis en hors-d'œuvre, il est possible de n'en servir qu'un seul.*

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Trier, équeuter, laver soigneusement et blanchir les épinards - 20 min *(voir p. 377)*
- Porter une petite quantité d'eau salée à ébullition dans une grande russe ou dans un rondeau plat.
- Trier, équeuter et laver très soigneusement les épinards.
- Cuire à l'anglaise à découvert pendant 1 à 2 min, à partir de la reprise de l'ébullition ; les épinards nouveaux sont cuits dès la reprise de l'ébullition *(voir p. 377).*
- Rafraîchir, égoutter et presser les épinards en boules (chaque boule doit correspondre à une portion).

3. Préparer le gruyère - 5 min
- Le râper et le tamiser, puis le partager en deux (une moitié pour la sauce Mornay, l'autre moitié pour le gratin).

4. Confectionner la sauce Mornay - 15 min *(voir p. 288)*
- Confectionner le roux blanc et le refroidir rapidement.
- Mettre le lait à bouillir, puis le verser progressivement sur le roux froid en remuant à l'aide d'un petit fouet à sauce.
- Porter à ébullition et cuire ainsi la sauce Béchamel durant 4 à 5 min.
- Assaisonner avec le sel fin, le piment de Cayenne et quelques râpures de noix de muscade.
- Ajouter les jaunes d'œufs hors du feu et reporter la sauce à ébullition durant quelques secondes.
- Passer la sauce au chinois étamine dans un petit bain-marie.
- Incorporer délicatement la moitié du gruyère tamisé.
- Tamponner en surface et réserver à couvert la sauce Mornay au bain-marie.

5. Cuire les œufs mollets - 15 min *(voir p. 189/190)*
- Le blanc seul doit être coagulé et le jaune doit rester crémeux.

6. Préparer une chauffante - 3 min
- Prévoir une russe d'eau bouillante salée et une passoire à queue en acier inoxydable pour la remise en température des œufs.

7. Sauter les épinards - 5 min
- Concasser, saler et poivrer les épinards.
- Les faire sauter rapidement au beurre noisette.
- Vérifier l'assaisonnement.

8. Chauffer les œufs - 2 min
- Plonger les œufs durant quelques secondes dans la chauffante.
- Egoutter soigneusement.

9. Dresser et gratiner les œufs - 10 min
- Beurrer le fond d'un plat à gratin à l'aide d'un pinceau.
- Dresser les épinards en forme de socle au fond du plat.
- Marquer l'emplacement des œufs à l'aide du dos d'une cuillère à potage (ceci pour les stabiliser).
- Disposer les œufs dans chaque cavité.
- Napper uniformément avec la sauce Mornay.
- Saupoudrer de gruyère tamisé.
- Arroser délicatement de beurre fondu.
- Essuyer soigneusement le bord du plat.
- Gratiner rapidement sous la salamandre.
- Disposer le plat à gratin sur un dessous de plat froid recouvert d'un papier gaufré.

REMARQUE : Les épinards nouveaux et tendres peuvent être directement sautés au beurre noisette sans cuisson à l'anglaise préalable.



Œufs mollets florentine

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 passoire
- 1 petit bain-marie
- 2 grandes calottes
- 1 tamis et 1 pilon
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe ou 1 petit rondeau plat
- 1 russe moyenne
- 1 petite russe
- 2 sauteuses moyennes

Matériel de dressage :

- plats creux à gratin (type plats sabots)
- dessous de plats ovales
- papier gaufré

ŒUFS MOLLETS MASSÉNA

1. Mettre en place le poste de travail

2. Détailler un tronçon de moelle en huit rondelles régulières

- Les mettre à dégorger dans de l'eau très froide légèrement salée ou vinaigrée.

3. Réaliser un litre de sauce tomate *(voir p. 289)*

4. Tourner 8 artichauts de 0,350 kg chacun et les marquer en cuisson *(voir p. 43/44 et 388/389)*

- Les cuire dans de l'eau bouillante salée, citronnée et huilée en surface.

5. Cuire les œufs mollets et les rafraîchir *(voir p. 189/190)*

- Les écaler et les réserver dans de l'eau très froide.

6. Clarifier 0,250 kg de beurre et réaliser la sauce béarnaise. *(voir p. 312/314)*

7. Dresser les œufs mollets Masséna

- Etuver les fonds d'artichauts au beurre, les assaisonner.
- Réchauffer les œufs en les plongeant durant 1 min environ dans une chauffante salée. Les égoutter soigneusement.
- Pocher les rondelles de moelle en les plongeant durant quelques secondes dans de l'eau frémissante. Les égoutter.
- Garnir les fonds d'artichauts avec la sauce béarnaise.
- Disposer les œufs mollets et les napper avec la sauce tomate.
- Placer une lame de moelle sur chaque œuf et une pointe de persil haché sur chaque lame de moelle.

PLATS SIMILAIRES

Œufs mollets normande

- Garnir des tartelettes d'un salpicon de filet de sole, de champignons et de crevettes, lié à la sauce normande.
- Placer les œufs mollets, disposer une huître pochée sur chaque œuf et napper avec la même sauce.

Œufs mollets à la reine

- Garnir des tartelettes en pâte brisée avec une brunoise de blanc de volaille et de champignons, liée à la sauce suprême.
- Disposer les œufs et napper avec la même sauce.

Œufs mollets Argenteuil

- Réaliser une sauce crème (sauce Béchamel + crème), additionnée d'une purée d'asperges vertes.
- Garnir le fond des tartelettes avec un peu de sauce.
- Disposer des pointes d'asperges d'Argenteuil étuvées au beurre de manière à faire légèrement dépasser les têtes des tartelettes.
- Placer les œufs mollets et les napper soigneusement avec le reste de la sauce.

Œufs mollets Païva

- Garnir des tartelettes de purée de champignons à la crème.
- Disposer les œufs mollets, napper de sauce Mornay et gratiner.
- Placer une lame de truffe sur chaque œuf.



Œufs mollets Masséna



Croustades d'œufs mollets florentine



ŒUFS À LA GELÉE ET AU JAMBON

Œufs pochés, servis dans de la gelée aromatisée au madère ou au porto, avec du jambon blanc.
Ils peuvent être présentés sur une chiffonnade de laitue ou accompagnés d'une petite salade panachée.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- œufs extra-frais	pièce	8		
- vinaigre blanc	l	0,10		
- jambon de Paris (4 petites tranches)	kg	0,250		
Gelée blanche réhydratée	l	1		
- cerfeuil	botte	1/4		
- madère ou porto	l	0,50		
ou				
Dans le cas de la réalisation d'une gelée traditionnelle				
- marmite	l	1,5		
Clarification				
- maigre de bœuf à hacher	kg	0,200		
- carottes	kg	0,080		
- céleri en branches	kg	0,040		
- vert de poireau	kg	0,040		
- tomates	kg	0,080		
- cerfeuil	botte	1/4		
- blancs d'œufs	pièce	2		
- gélatine en feuille (7 à 8 feuilles)	kg	0,014 à 0,016		
- madère ou porto	l	0,05		
Décor				
- vert de poireau	kg	PM		
- tomate bien rouge (1 pièce)	kg	0,080		
- estragon	botte	PM		
- cerfeuil	botte	PM		
Présentation				
- gelée	l	0,10		
ou				
- laitue - 1/2 tête	kg	0,150		
- tomates «garnitures» (2 pièces - facultatif)	kg	0,100		
- persil	kg	PM		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre en grains		PM		
Coût matières pour 8 couverts			…… €	
Coût matières pour 1 couvert			…… €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 45 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES ŒUFS :			***2 min 30 à 3 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Clarifier la marmite - 30 min *(voir p. 272/274)*
- Mettre les feuilles de gélatine à tremper à l'eau froide.
- Suivre exactement les explications relatives à la clarification du consommé brunoise de la fiche N° 1.
- Lorsque le consommé est clarifié, ajouter les feuilles de gélatine bien égouttées et le madère.
- Refroidir la gelée le plus rapidement possible.

3. Pocher les œufs - 15 min *(voir p. 192/193)*
- Faire bouillir l'eau vinaigrée dans une russe.
- Casser les œufs dans un ramequin et les verser délicatement, un par un, dans le liquide bouillant.
- Laisser frémir pendant 3 min environ (seul le blanc doit être coagulé, le jaune devant rester crémeux).
- Rafraîchir les œufs dans de l'eau glacée.
- Ebarber (parer) et égoutter les œufs sur du papier absorbant.

4. Préparer les éléments de décoration - 15 min
- Effeuiller le cerfeuil et réserver les pluches dans un ramequin avec de l'eau.
- Laver, blanchir et rafraîchir le vert de poireau et les feuilles d'estragon.
- Détailler des motifs de décoration (losanges) dans la peau d'une tomate, dans du vert de poireau blanchi et éventuellement dans un peu de jambon.

5. Réaliser le montage des œufs (aspics) - 30 min *(voir p. 355)*
- Poser les ramequins dans de la glace pilée et les chemiser de gelée.
- Laisser prendre quelques minutes sur glace.
- Disposer harmonieusement les éléments de décor au fond des moules.
- Couler à nouveau quelques millimètres de gelée pour fixer le décor.
- Cercler les moules avec une petite bande de jambon ou placer une petite tranche de jambon sur le décor.
- Disposer les œufs bien égouttés dans les moules et couler à nouveau quelques millimètres de gelée pour les fixer.
- Placer les œufs en enceinte réfrigérée pendant une dizaine de minutes et finir de remplir les moules avec des couches successives de gelée.
- Maintenir les œufs en réfrigération jusqu'au moment du dressage.

6. Préparer les éléments de présentation - 5 min
- Couler 2 millimètres de gelée dans un plat de service et faire prendre en enceinte réfrigérée.
- Festonner le bord du plat avec des petits fleurons de gelée, des losanges ou des ronds.
- Eplucher, laver et ciseler la laitue en chiffonnade.

7. Dresser les œufs en gelée - 5 min
- Démouler les œufs en les plongeant durant une ou deux secondes dans de l'eau très chaude.
- Les disposer, soit sur le plat chemisé à la gelée, soit sur les feuilles de laitue, soit sur la chiffonnade tapissant les assiettes individuelles.

REMARQUE : Lors des épreuves pratiques de l'examen, la gelée doit être fournie au candidat. Les œufs pochés servis froids doivent être légèrement plus cuits que les œufs devant être remis à température.



Œufs à la gelée et au jambon

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 chinois étamine
- 1 petit bain-marie
- 4 soucoupes pour casser les œufs
- 8 ramequins ou 8 moules à œufs en gelée
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper
- 1 étamine

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
- 1 grande sauteuse ou 1 petit rondeau plat

Matériel de dressage :

- plats ronds plats
  ou
- assiettes de base ou à entremets

ŒUFS POCHÉS BAYONNAISE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Tourner et cuire huit fonds d'artichauts de 0,350 kg chacun *(voir p. 43/44 et 388/389).*

- Les cuire dans de l'eau bouillante salée, citronnée et huilée en surface.
- Les laisser refroidir dans la cuisson.

3. Réaliser la piperade

- Suer à l'huile d'olive 0,300 kg d'oignons émincés.
- Ajouter 0,300 kg de piments doux d'Espelette taillés en julienne et laisser compoter durant une dizaine de minutes.
- Ajouter 0,500 kg de tomates mondées, épépinées et concassées, 3 gousses d'ail entières et un bouquet garni avec une dominante de thym.
- Assaisonner.
- Laisser cuire tout doucement jusqu'à évaporation complète de l'eau de végétation des tomates.
- Oter l'ail, le bouquet garni et laisser refroidir.

4. Pocher les œufs *(voir p. 192/193)*

- Les rafraîchir dans de l'eau glacée, les ébarber et les égoutter sur du papier absorbant.

5. Confectionner la sauce mayonnaise à la piperade

- Utiliser 2 jaunes d'œufs, 0,01 l de vinaigre, 0,015 kg de moutarde et 0,30 l d'huile.
- Passer au mixeur le tiers de la piperade et l'incorporer à la sauce mayonnaise.
- La relever d'une pointe de piment de Cayenne si nécessaire.

6. Préparer le jambon de Bayonne

- Tailler 8 tranches fines, les parer et les dégraisser.

7. Terminer les œufs pochés bayonnaise

- Egoutter, éponger soigneusement et assaisonner les fonds d'artichauts.
- Les garnir avec le reste de la piperade.
- Placer un œuf poché sur chaque fond d'artichaut.
- Napper soigneusement les œufs avec la sauce mayonnaise à la piperade.
- Entourer chaque œuf (le cercler) d'une tranche de jambon de Bayonne.
- Parsemer le dessus d'une brunoise fine de poivrons rouges et verts mondés, et disposer une pluche de cerfeuil.

8. Dresser les œufs pochés bayonnaise

- Garnir le fond d'une assiette d'une chiffonnade de laitue.
- Disposer au centre 1 œuf poché bayonnaise.

REMARQUE : *La piperade peut être remplacée par une mini-ratatouille.*

PLATS SIMILAIRES

Aspics d'œufs en gelée au saumon mariné, façon norvégienne

- Chemiser les moules à la gelée claire de poisson, puis avec des tranches fines de saumon mariné.
- Placer les œufs pochés et compléter avec le reste de gelée.
- Dresser en couronne et garnir le centre du plat de concombre en ruban à la crème et à l'aneth.

Œufs en gelée à la ravigote

- Chemiser les moules à la gelée.
- Les décorer avec des cornichons, des feuilles d'estragon et des câpres.
- Garnir les moules à mi-hauteur de sauce rémoulade additionnée de gelée.
- Placer les œufs et appuyer afin que la sauce remonte à la hauteur des moules.
- Laisser prendre en enceinte réfrigérée et démouler sur des croûtons ovales toastés.



Œuf poché bayonnaise

Œufs pochés dans de l'eau vinaigrée et dans du vin rouge (servis chauds)

ŒUFS POCHÉS TOUPINEL

Œufs pochés, dressés dans une coque de pomme de terre garnie d'une purée à la crème et d'épinards sautés. Ils sont nappés de sauce Mornay et gratinés.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- grosses pommes de terre Bintje 8 x 0,200 kg	kg	1,600		
- gros sel	kg	0,800		
- œufs extra-frais	pièce	8		
- vinaigre blanc	l	0,10		
Purée de pommes de terre				
- pulpe des pommes de terre		PM		
- beurre	kg	0,040		
- crème	l	0,20		
Garniture				
- épinards nouveaux	kg	0,800		
- beurre	kg	0,040		
Sauce Mornay				
- beurre	kg	0,035		
- farine	kg	0,035		
- lait	l	0,50		
- œufs (jaunes)	pièce	2		
- gruyère râpé	kg	0,040		
- beurre	kg	0,020		
Finition				
- gruyère râpé	kg	0,040		
- beurre (pour tamponner)	kg	0,020		
Décor				
- persil	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
- noix de muscade		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 35 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES ŒUFS :			***2 min 30 à 3 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer et cuire les pommes de terre au four - 10 min
- Les laver et les brosser soigneusement, puis les essuyer avec du papier absorbant.
- Les cuire sur un lit de gros sel au four à 220 °C durant 50 à 60 min.
- Les retourner à mi-cuisson.

3. Equeuter et laver soigneusement les épinards - 15 min *(voir p. 94)*
- Les laver dans plusieurs eaux et les retirer avec les mains.
- Les égoutter dans une passoire.

4. Confectionner le roux blanc de la sauce Mornay - 5 min *(voir p. 286/287)*
- Le laisser refroidir et le réserver.

5. Pocher les œufs - 15 min *(voir p. 192/193)*

6. Terminer la sauce Mornay - 10 min *(voir p. 288)*

7. Confectionner la purée de pommes de terre - 15 min
- S'assurer de leur cuisson, soit à la pression des doigts, soit à l'aide d'une aiguille à brider.
- Faire bouillir la crème avec le beurre découpé en petites parcelles.
- Assaisonner de sel fin et de quelques râpures de noix de muscade.
- Evider les pommes de terre en les incisant sur le dessus avec la pointe d'un petit couteau. Dégager un "couvercle" de forme ovale aux bords parfaitement nets.
- Vider la pulpe à l'aide d'une cuillère à entremets (en laisser environ 2 mm afin que les pommes de terre ne s'affaissent pas).
- Passer immédiatement la pulpe brûlante au travers d'un tamis fin, presser la pulpe à l'aide d'un pilon sans tourner (selon la saison la pulpe risque de corder).
- Détendre et homogénéiser la purée avec le mélange de beurre et de crème.
- Vérifier l'assaisonnement

8. Sauter les épinards - 5 min
- Les émincer en grosse julienne et les sauter rapidement au beurre noisette.
- Les assaisonner avec le sel fin, le poivre du moulin et éventuellement quelques râpures de noix de muscade.

9. Réchauffer les œufs - 3 min
- Les plonger dans une chauffante salée durant 1 min environ, les égoutter soigneusement.

10. Terminer les œufs pochés Toupinel - 10 min
- Aligner les coques des pommes de terre.
- Masquer les fonds et les parois avec la purée de pommes de terre.
- Recouvrir d'une couche d'épinards sautés.
- Placer les œufs.
- Les napper avec la sauce Mornay en prenant soin qu'elle ne déborde pas.
- Saupoudrer de gruyère râpé et tamisé.
- Arroser de beurre fondu et essuyer soigneusement les pommes de terre.
- Gratiner vivement sous la salamandre.

11. Dresser les œufs pochés Toupinel - 2 min
- Les disposer sur un plat ovale recouvert d'une feuille de papier gaufré.



Œufs pochés Toupinel

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 grandes calottes
- 1 petit fouet à sauce
- 1 tamis et 1 pilon
- 1 passoire à queue

Matériel de cuisson :

- 1 plaque à rôtir
- 2 grandes sauteuses
- 1 sauteuse moyenne
- 1 russe moyenne
- 1 petite russe

Matériel de dressage :

- plats à gratin (type plats sabots)
- papier gaufré

ŒUFS POCHÉS FAÇON BOURGUIGNONNE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Préparer la garniture bourguignonne *(voir p. 396/397)*

- Glacer à brun 0,250 kg de petits oignons.
- Blanchir et sauter à l'huile 0,250 kg de petits lardons de poitrine demi-sel. Les débarrasser et les réserver.
- Sauter 0,250 kg de champignons escalopés dans la graisse de fonte des lardons, les assaisonner et les débarrasser avec les lardons.
- Sauter au beurre clarifié ou toaster sous la salamandre 16 croûtons de pain de mie taillés de forme ronde (du pain ordinaire peut être utilisé ; les croûtons peuvent être éventuellement frottés à l'ail).
- Hacher 0,020 kg de persil.

3. Pocher les œufs *(voir p. 192/193)*

- Mettre dans une sauteuse une bouteille de bourgogne rouge (Passetoutgrain), 0,040 kg d'échalotes ciselées, une brindille de thym et une demi-feuille de laurier.
- Porter à ébullition et flamber le vin si possible.
- Casser les œufs dans des soucoupes et les verser délicatement un par un dans le vin bouillant.
- Réduire le feu et laisser pocher les œufs durant 2 min 30 à 3 min.
- Ne pas les rafraîchir, les ébarber et les réserver au chaud.

4. Réaliser la sauce

- Ecumer et filtrer une partie du vin.
- Le faire réduire presqu'à sec.
- Ajouter 0,40 l de fond brun de veau lié ou de sauce demi-glace.
- Réduire à nouveau, vérifier l'assaisonnement.
- Ajouter les champignons et les lardons.
- Laisser mijoter durant quelques minutes.
- Monter la sauce avec 0,020 kg de beurre.

5. Dresser les œufs pochés

- Disposer en couronne les croûtons sur les plats ronds.
- Placer un œuf sur chaque croûton.
- Napper soigneusement avec la sauce.
- Répartir uniformément la garniture ainsi que les petits oignons glacés.
- Parsemer de persil haché.

REMARQUE : *Il s'agit d'une interprétation classique de la recette locale. Le vin peut être réduit et lié au beurre manié, dans ce cas la qualité du vin est prépondérante.*

PLATS SIMILAIRES

Œufs pochés Cendrillon

- Comme les œufs Toupinel, sans les épinards. Décorer avec des lames de truffes.

Œufs pochés Bragance

- Œufs pochés, dressés sur des demi-tomates mondées et étuvées à l'huile. Napper de sauce béarnaise et entourer d'un petit cordon de fond brun de veau lié et réduit.

Œufs pochés Henri IV

- Dresser les œufs pochés dans des tartelettes en pâte brisée. Napper de sauce béarnaise.

Œufs pochés à l'américaine

- Garnir des demi-tomates mondées et étuvées d'un salpicon de homard lié à la sauce américaine. Disposer les œufs. Les napper de la même sauce et placer une belle escalope de homard étuvée au beurre sur chaque œuf, ainsi qu'une lame de truffe.

Œufs pochés Sans-Gêne

- Pocher les œufs dans du vin rouge. Les disposer sur des fonds d'artichauts étuvés au beurre. Napper de sauce bordelaise. Placer une lame de moelle sur chaque œuf et une pointe de persil haché sur chaque lame de moelle.



Œufs pochés bourguignonne



ŒUFS COCOTTE À LA CRÈME

Œufs cuits au bain-marie dans une petite cocotte en porcelaine beurrée, le blanc est à peine coagulé. Le jaune est juste chaud et crémeux, il est entouré d'un cordon de crème réduite.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- œufs extra-frais*	**pièce**	**16**		
- beurre	**kg**	**0,040**		
- crème	**l**	**0,40**		
Décor				
- persil frisé	**kg**	**0,040**		
Assaisonnement				
- sel fin		**PM**		
- poivre blanc		**PM**		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***25 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES ŒUFS SELON L'ÉPAISSEUR DES COCOTTES :			***5 à 6 min***	

** En restauration, il est d'usage de servir deux œufs par personne. Cependant en restauration collective, lorsque les œufs sont servis en hors-d'œuvre, il est possible de n'en servir qu'un seul.*

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Marquer les œufs en cuisson - 10 min *(voir p. 194/195)*
- Beurrer les cocottes (ramequins en porcelaine) à l'aide d'un pinceau.
- Assaisonner légèrement l'intérieur.
- Casser les œufs dans une soucoupe et les verser délicatement dans les ramequins sans crever les jaunes.
- Appliquer une feuille de papier sulfurisé au fond d'un sautoir ou d'une plaque à bain-marie.
- Disposer les cocottes dans le sautoir et verser de l'eau bouillante jusqu'à la moitié de la hauteur des cocottes.
- Cuire à découvert dans un four doux (150 à 160 °C) pendant 5 à 6 min suivant l'épaisseur des cocottes.
- Surveiller attentivement la cuisson, seul le blanc doit être juste coagulé, le jaune devant rester crémeux.

3. Réduire la crème (pendant la cuisson des œufs) - 2 min
- Verser la crème dans une petite sauteuse et la réduire d'un tiers.
- Saler.

4. Préparer le persil en branches - 5 min
- Laver, équeuter et réserver le persil.

5. Dresser les œufs cocotte - 3 min
- Egoutter et essuyer soigneusement les cocottes.
- Entourer les jaunes d'un cordon de crème réduite.
- Disposer les ramequins sur un grand plat rond recouvert d'un papier gaufré.
- Disposer un bouquet de persil en branches au centre du plat.



Œufs cocotte à la crème

Matériel de préparation :

- 1 plaque à débarrasser
- 4 soucoupes ou ramequins pour casser les œufs
- 1 pinceau

Matériel de cuisson :

- 8 cocottes en porcelaine à feu
- 1 petite russe ou 1 petite sauteuse
- 1 grand sautoir ou 1 petit rondeau plat
- 1 sauteuse moyenne

Matériel de dressage :

- plats ronds plats
- papier gaufré
  ou
- assiettes de base ou à entremets

PLATS SIMILAIRES

Œufs en cocotte florentine

- Tapisser les cocottes avec des épinards en branches sautés au beurre noisette et concassés.
- Les arroser de crème réduite, casser les œufs, napper à nouveau de crème réduite et saupoudrer de gruyère tamisé.
- Cuire dans un four très chaud de manière à obtenir le gratin superficiel et la cuisson des œufs.

Œufs en cocotte portugaise

- Garnir le fond des cocottes avec de la fondue de tomate.
- Casser les œufs. Cuire au bain-marie et disposer un cordon de sauce tomate autour des jaunes.

Œufs en cocotte Nantua

- Tapisser les cocottes avec un salpicon de queues d'écrevisses et de truffes, lié avec un peu de farce mousseline de poisson.
- Casser les œufs. Cuire au bain-marie et entourer les jaunes d'un cordon de sauce Nantua.

Œufs de caille en cocotte périgourdine

- Garnir le fond des cocottes d'un petit ragoût de foie gras et de truffes, lié à la sauce Périgueux.
- Casser les œufs. Cuire au bain-marie et entourer les jaunes d'un cordon de sauce Périgueux.
- Disposer une lame de truffes sur chaque œuf.

Œufs en cocotte aux morilles

- Garnir le fond des cocottes d'un petit ragoût de morilles à la crème.

Œufs en cocotte dieppoise

- Garnir le fond des cocottes avec un petit ragoût de crevettes et de moules lié à la sauce vin blanc.
- Disposer harmonieusement à l'envoi quelques moules ébarbées, des crevetes décortiquées et un cordon de sauce sur le dessus.

ŒUFS EN COCOTTE À LA PARISIENNE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser une farce mousseline de volaille

- Utiliser 0,150 kg de blanc de volaille et 0,10 l de crème fleurette.

3. Réaliser la garniture

- Tailler 0,050 kg de langue écarlate en brunoise.
- Tailler une petite truffe de 0,030 kg, également en brunoise.
- Eplucher, laver et tailler 0,080 kg de champignons de Paris en petits dés de 3 mm de section.
- Les étuver au beurre et les assaisonner.
- Mélanger la farce mousseline de volaille, les champignons, les truffes et la langue écarlate.

4. Garnir les cocottes

- Beurrer les cocottes.
- Chemiser le fond et les parois avec une couche fine de farce.
- Casser les œufs et les cuire au bain-marie comme de coutume. Selon l'épaisseur des cocottes, il est possible de précuire la farce dans les cocottes durant quelques minutes, puis d'ajouter les œufs et de terminer la cuisson.

5. Terminer les œufs en cocotte à la parisienne

- Disposer un petit cordon de sauce demi-glace autour des jaunes.



Œufs en cocotte à la parisienne



ŒUFS SUR LE PLAT AUX FOIES DE VOLAILLE

Œufs cuits dans des «petits plats à œufs» individuels, accompagnés d'un ragoût de foies de volaille au madère.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- œufs	pièce	16		
- beurre	kg	0,040		
Garniture				
- beurre	kg	0,040		
- foies de volaille	kg	0,400		
- échalotes	kg	0,040		
- madère	l	0,04		
- fond brun de veau lié	l	0,20		
- beurre (pour tamponner)	kg	0,020		
Finition				
- persil plat (facultatif)	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*45 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES ŒUFS :			*5 à 6 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Vérifier les foies de volailles - 10 min *(voir p. 240)*
- Eliminer les parties verdâtres s'il y a lieu, et escaloper les lobes en 2 ou 3 morceaux selon leur grosseur.

3. Préparer les échalotes - 5 min
- Eplucher, laver et ciseler finement les échalotes.

4. Réaliser la garniture - 10 min
- Assaisonner les foies.
- Les faire sauter vivement dans le beurre légèrement noisette.
- Les maintenir rosés.
- Egoutter les foies et les réserver dans un petit bain-marie en acier inoxydable.
- Dégraisser la sauteuse.
- Ajouter les échalotes ciselées.
- Suer (sans coloration).
- Déglacer avec le madère et laisser réduire.
- Ajouter le fond de veau lié.
- Réduire à nouveau.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Passer la sauce au chinois étamine sur les foies de volaille.
- Tamponner en surface et réserver la garniture à couvert au bain-marie (la sauce peut être «légèrement» montée au beurre).

5. Marquer les œufs en cuisson - 10 min *(voir p. 196)*
- Beurrer à l'aide d'un pinceau, saler et poivrer les plats à œufs.
- Casser les œufs dans une soucoupe et les verser délicatement dans les plats à raison de 2 pièces par personne.
- Veiller à ne pas crever les jaunes.
- Disposer les plats sur la plaque du fourneau et cuire très doucement les œufs jusqu'à ce que seuls les blancs soient coagulés, les jaunes devant rester crémeux (en aucun cas les blancs ne doivent colorer).

6. Dresser les œufs - 5 min
- Disposer perpendiculairement aux jaunes d'œufs deux petits bouquets de foie de volaille.
- Entourer les œufs d'un petit cordon de sauce.
- Placer une petite pointe de persil haché sur les bouquets de foies.
- Disposer les plats sur des assiettes à entremets.

REMARQUE : Saler et poivrer les plats beurrés. Ne jamais assaisonner sur les œufs (risque de petites taches blanches sur les jaunes et de points noirs sur les blancs).



Œufs sur le plat aux foies de volaille

Matériel de préparation :

- 1 plaque à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 soucoupe ou 1 ramequin
- 1 petit bain-marie
- 2 petites calottes
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 8 petits plats à œufs
- 1 sauteuse moyenne

Matériel de dressage :

- assiettes à entremets
  ou
- assiettes de base

PLATS SIMILAIRES

Œufs sur le plat chasseur

- Idem œufs sur le plat aux foies de volaille.
- Ajouter des champignons émincés et sautés au beurre, une pointe de persil, de cerfeuil et d'estragon hachés (la même préparation peut être réalisée avec des rognons taillés en petits dés et sautés).

Œufs sur le plat opéra

- Disposer d'un côté du plat à œufs un bouquet de pointes d'asperges étuvées au beurre, et de l'autre un bouquet de foies de volaille sautés sauce madère. Disposer un cordon de sauce tout autour.

Œufs sur le plat aux fruits de mer

- Disposer de chaque côté des œufs un bouquet de fruits de mer (coquilles Saint-Jacques, langoustines, crevettes...), lié à la sauce américaine ou à la sauce au vin blanc. Disposer un cordon de même sauce tout autour.

Œufs sur le plat portugaise

- Masquer les plats avec une fine couche de fondue de tomates. Glisser délicatement les œufs dessus. Cuire, puis placer un petit bouquet de fondue de tomates de chaque côté des jaunes. Disposer un cordon de sauce tomate tout autour.

ŒUFS SAUTÉS (garnitures les plus courantes) :

Œufs sautés à la poêle à l'américaine

- Accompagner les œufs de tranches de bacon, de tomates grillées et de sauce tomate.

REMARQUE : Le breakfast anglais comporte souvent des œufs sautés à la poêle accompagnés de tranches de bacon et de poitrine fumée grillées très croustillantes, de saucisses ou de chipolatas grillées et de tomates.

Œufs sautés à la poêle façon basquaise

- Accompagner les œufs de piperade aux piments doux d'Espelette et de tranches fines de jambon de Bayonne sautées rapidement et vivement.

Oeufs sautés à la poêle à la diable

- Cuire les œufs à la poêle, puis les retourner délicatement sans crever les jaunes. Les faire glisser sur l'assiette chaude. Les arroser de beurre noisette réalisé dans la même poêle, puis déglacer la poêle avec un filet de vinaigre. Verser le vinaigre réduit sur les œufs

Oeufs sautés à la poêle à l'espagnole

- Disposer les œufs sautés et parés sur des demi-tomates grillées. Dresser en couronne et garnir le centre du plat de rondelles d'oignons frits.

ŒUFS SAUTÉS À LA POÊLE

Ils sont souvent confondus avec les œufs sur le plat *(voir p. 196/197)*

1. Mettre en place le poste de travail

2. Préparer les œufs

- Les casser dans une petite assiette à raison de 2 œufs par personne.
- Les verser délicatement dans une poêle anti-adhésive contenant un peu de beurre très chaud (mousseux). Faire très attention de ne pas crever les jaunes.
- Assaisonner uniquement les blancs avec un peu de sel.
- Les blancs doivent légèrement colorer, les jaunes doivent rester crémeux.
- Les parer à l'aide d'un emporte-pièce rond et les faire glisser délicatement sur des assiettes chaudes.



Œufs au plat aux fruits de mer, coulis de crustacés



ŒUFS FRITS AU BACON

Œufs frits à l'huile dans une poêle, servis sur des croûtons de pain de mie frits avec du bacon grillé et du persil frit.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- œufs extra-frais*	pièce	16		
- huile	l	0,40		
Garniture				
- bacon (16 tranches de 0,020 kg)	kg	0,320		
- pain de mie (16 tranches de 0,030 kg)	kg	0,480		
- huile	l	0,10		
Finition				
- persil frisé	kg	0,080		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		

** En restauration, il est d'usage de servir deux œufs par personne. Cependant en restauration collective, lorsque les œufs sont servis en hors-d'œuvre, il est possible de n'en servir qu'un seul.*

Coût matières pour 8 couverts	...... €
Coût matières pour 1 couvert	...... €
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION	***40 min***
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES ŒUFS :	***30 à 40 sec***

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les éléments de la garniture - 15 min
- Laver, équeuter et sécher soigneusement le persil en branches.
- Détailler en forme ovale les croûtons de pain de mie et les frire à l'huile.
- Egoutter soigneusement sur du papier absorbant.
- Griller les tranches de bacon sans les dessécher (il est possible de les faire sauter).
- Frire le persil en branches et l'égoutter sur du papier absorbant.
- Le saler au sel fin.

3. Frire les œufs - 15 min *(voir p. 199)*

4. Dresser les œufs frits - 5 min
- Placer le papier gaufré sur le plat rond.
- Disposer les croûtons en forme d'étoile.
- Poser sur chaque croûton un œuf frit.
- Placer une tranche de bacon sur chaque œuf.
- Disposer un bouquet de persil frit au centre du plat.

REMARQUES :
- ***A défaut de bacon, il est possible d'utiliser des tranches de poitrine fumée.***
- ***La réalisation des œufs et du persil frits peut être dangereuse. Le bain d'huile est porté à une haute température (180/190 °C), les œufs et le persil crépitent et des projections d'huile peuvent tomber sur la plaque ou le brûleur et s'enflammer. Il est donc nécessaire de bien sécher le persil en branche et d'avoir à portée de main un couvercle pour couvrir le bain d'huile et un chiffon absorbant permettant d'éliminer immédiatement les éventuelles projections.***



Œufs frits au bacon

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 calotte
- 1 planche à découper
- 1 emporte-pièce ovale
- 1 ou 2 petites soucoupes

Matériel de cuisson :

- 1 petite poêle ronde de 12 à 14 cm de diamètre

Matériel de dressage :

- plats ronds plats
- papier gaufré
  ou
- assiettes de base ou à entremets

ŒUFS FRITS TYROLIENNE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Préparer la garniture

- Laver 8 petites tomates, éliminer le pédoncule.
- Les couper en 2, les presser légèrement et les laisser dégorger en les retournant.
- Laver, équeuter et sécher 0,050 kg de persil.
- Eplucher 0,200 kg d'oignons bien ronds et les découper en anneaux.

3. Cuire 0,50 l de sauce tomate *(voir p. 289)*

4. Cuire les garnitures

- Griller les demi-tomates et les étuver pendant quelques minutes au four avec une goutte d'huile.
- Plonger les rondelles d'oignons dans du lait salé, les égoutter, les fariner et les passer dans de l'œuf battu, les faire frire 3 min à 170 °C.
- Frire rapidement le persil, l'égoutter sur du papier absorbant et le saler.

5. Frire les œufs *(voir p. 199)*

- Les frire à raison de 2 œufs par personne.
- Les égoutter soigneusement et les saler.

6. Dresser les œufs frits tyrolienne

- Napper l'assiette de sauce tomate.
- Dresser les œufs dans les tomates, les poser au centre de l'assiette.
- Décorer avec les oignons et le persil frits.

PLATS SIMILAIRES

Œufs frits bordelaise

- Œufs frits disposés sur des tomates étuvées, garnis de cèpes sautés à la bordelaise.
- Décorer avec du persil frit.

Œufs frits provençale

- Œufs frits disposés sur des demi-tomates à la provençale placées sur une large tranche d'aubergine dégorgée, farinée et frite à l'huile.
- Dresser en couronne et placer un bouquet de persil frit au centre.

Œufs frits à l'espagnole

- Disposer les œufs frits sur des demi-tomates mondées et étuvées à l'huile.
- Décorer avec des croisillons de poivrons grillés et des bracelets d'oignons frits.

Œufs frits andalouse

- Dresser en couronne sur des tranches d'aubergines dégorgées et frites.
- Servir avec de la sauce tomate.



Œufs frits tyrolienne



ŒUFS BROUILLÉS PORTUGAISE

Œufs mélangés, cuits doucement de préférence au bain-marie jusqu'à consistance crémeuse, puis additionnés de fondue de tomates. (Les œufs brouillés se font marcher à la commande.)

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- œufs*	pièce	24		
- beurre	kg	0,080		
Fondue de tomates				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- tomates grosses et mûres	kg	0,800		
- concentré de tomate (facultatif)	kg	PM		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail	gousse	2		
- sucre semoule	kg	PM		
Finition				
- beurre *ou*	kg	0,080		
- beurre et	kg	0,040		
- crème double	l	0,04		
- persil	kg	PM		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***45 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES ŒUFS :			***6 à 8 min***	

** En restauration, il est d'usage de servir trois œufs par personne. Cependant en restauration collective lorsque les œufs sont servis en hors-d'œuvre, il est possible de n'en servir que deux.*

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min

- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Marquer la fondue de tomates en cuisson - 15 min
(voir p. 319/320)

- Laver et éliminer le pédoncule des tomates.
- Monder, rafraîchir, épépiner et concasser les tomates.
- Eplucher, laver et ciseler finement les échalotes.
- Confectionner le bouquet garni.
- Eplucher et laver les gousses d'ail.
- Suer les échalotes ciselées avec le beurre.
- Ajouter les tomates concassées, le bouquet garni et les gousses d'ail.
- Saler, poivrer et ajouter une pincée de sucre (il est possible de renforcer la couleur des tomates en ajoutant un peu de concentré).
- Cuire à découvert pour évaporer l'eau de végétation des tomates.
- Eliminer le bouquet garni et les gousses d'ail.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Débarrasser la fondue de tomates et la réserver à couvert au bain-marie.

3. Préparer le persil - 5 min *(voir p. 98/99)*

- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil.

4. Préparer et cuire les œufs brouillés - 18 min *(voir p. 200/201)*

- Casser les œufs dans un ramequin, puis les verser dans une calotte.
- Assaisonner avec le sel et le poivre du moulin.
- Battre les œufs à l'aide d'une fourchette (l'appareil peut être passé au chinois).
- Beurrer une sauteuse aux dimensions appropriées.
- Verser les œufs et chauffer lentement sur la plaque du fourneau ou au bain-marie en remuant sans discontinuer à l'aide d'une spatule (les œufs doivent avoir une consistance crémeuse).
- Arrêter la cuisson des œufs avec du beurre découpé en parcelles ou avec du beurre et de la crème.
- Ajouter les 2/3 de la fondue de tomates.
- Mélanger délicatement.
- Vérifier l'assaisonnement.

5. Dresser les œufs brouillés - 2 min

- Beurrer le légumier à l'aide d'un pinceau.
- Dresser les œufs brouillés en dôme et disposer au centre le reste de la fondue de tomates en bouquet.
- Ajouter une petite pointe de persil haché sur la fondue de tomates.
- Disposer le légumier sur le dessous de plat rond recouvert d'un papier gaufré.

REMARQUES :

- ***Pour homogénéiser éventuellement les œufs brouillés, en fin de cuisson on peut utiliser un fouet à sauce.***
- ***Les œufs brouillés sont parfois dressés dans un feuilleté, une tartelette, une brioche ou une tomate évidée et étuvée, ou encore sur un toast.***



Œufs brouillés portugaise

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 2 calottes moyennes
- 1 planche à découper
- 1 ramequin
- 1 petit bain-marie
- 1 spatule en exoglass

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne
- 1 sauteuse moyenne
- 1 grande sauteuse

Matériel de dressage :

- légumiers
- dessous de plats ronds
- papier gaufré

ŒUFS BROUILLÉS À L'ESPAGNOLE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Préparer la pâte à frire pour les oignons

- Tamiser 0,050 kg de fécule et 0,050 kg de farine, ajouter une pincée de sel, 0,010 kg de levure de bière délayée dans un peu d'eau tiède et 2 œufs.
- Mélanger soigneusement, corner et recouvrir l'appareil à tempura d'une fine pellicule d'huile d'arachide. Réserver.

3. Préparer la garniture

- Monder 12 belles tomates de 0,100 kg chacune.
- Les partager en deux transversalement et ôter toutes les graines délicatement.
- Les assaisonner et les retourner sur une grille. Les laisser dégorger durant une dizaine de minutes.
- Détailler un oignon de 0,150 kg en rondelles régulières de 3 à 4 mm d'épaisseur, dégager 24 anneaux de même diamètre et les réserver.
- Frire ou passer au four 0,250 kg de poivrons rouges et les monder.
- Les détailler en brunoise et les étuver si nécessaire.

4. Etuver les tomates

- Les huiler légèrement et les étuver au four durant quelques minutes (elles doivent rester légèrement fermes et se soutenir).

5. Réaliser les œufs brouillés

- Arrêter la cuisson avec le beurre et les réserver.

6. Frire les oignons

- Passer les anneaux dans la pâte à frire, puis dans un bain de friture chauffé à 180 °C.
- Les égoutter sur du papier absorbant et les saler.

7. Dresser les œufs brouillés à l'espagnole

- Garnir en dôme les demi-tomates avec les œufs brouillés à raison de 3 demi-tomates par personne.
- Les surmonter d'un anneau d'oignon frit.
- Parsemer le dessus des œufs brouillés de brunoise de poivrons.

***REMARQUE :** Les poivrons peuvent être taillés en julienne, dans ce cas les disposer en croisillons sur le dessus des œufs brouillés.*

PLATS SIMILAIRES

Œufs brouillés aux fines herbes

- Ajouter aux œufs brouillés des fines herbes fraîchement hachées et ciselées, juste au moment de l'envoi.

Œufs brouillés grand-mère

- Ajouter aux œufs brouillés des petits croûtons de pain de mie frits au beurre clarifié et du persil haché.

Œufs brouillés forestière

- Ajouter aux œufs brouillés des morilles étuvées au beurre et des petits lardons sautés.

Œufs brouillés Magda

- Ajouter aux œufs brouillés des fines herbes fraîchement hachées et ciselées, de la moutarde et du gruyère râpé et tamisé.
- Dresser en légumier beurré et entourer de petits croûtons triangulaires frits au beurre clarifié.

Œufs brouillés aux crevettes

- Ajouter aux œufs brouillés un peu de sauce crevette ou de sauce américaine et des crevettes décortiquées étuvées au beurre.



Feuilleté d'œufs brouillés portugaise



OMELETTES AUX FINES HERBES, AUX CHAMPIGNONS, AU JAMBON ET AUX OIGNONS

Œufs mélangés, agrémentés d'une garniture déterminant l'appellation, cuits à la poêle et roulés. (Les omelettes se font marcher à la commande.)

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- œufs*	pièce	24		
- beurre	kg	0,100		
ou				
- huile	l	0,05		
et				
- beurre	kg	0,050		
Garniture				
Omelette aux fines herbes :				
- cerfeuil	botte	1/4		
- ciboulette	botte	1/4		
- estragon	botte	1/4		
- persil	kg	0,020		
Omelette aux champignons :				
- champignons de Paris	kg	0,300		
- beurre	kg	0,040		
Omelette au jambon :				
- jambon de Paris	kg	0,250		
- beurre	kg	0,040		
Omelette aux oignons :				
- oignons	kg	0,400		
- beurre	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
** En restauration collective ou en entrée, il est possible de ne servir que deux œufs par personne.*				
Coût matières pour 8 couverts				...... €
Coût matières pour 1 couvert				...... €
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION				***35 min***
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES ŒUFS :				***2 min***

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les garnitures, variant selon les omelettes - 10 min

Préparer les fines herbes *(voir p. 98/101)* **:**
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil.
- Laver, effeuiller et hacher le cerfeuil et l'estragon.
- Laver et ciseler la ciboulette (la préparation des fines herbes doit s'effectuer dans le délai le plus rapproché possible de la confection des omelettes).

Préparer les champignons *(voir p. 66/99)* **:**
- Eplucher, laver soigneusement et émincer les champignons.
- Sauter rapidement au beurre noisette et assaisonner.
- Egoutter et réserver quelques belles lamelles de champignons pour la décoration.

Préparer le jambon :
- Détailler le jambon en petits dés et réserver huit petits losanges pour la décoration.
- Sauter au beurre sans dessécher les dés, égoutter et réserver.

Préparer les oignons *(voir p. 112/113)* **:**
- Eplucher, laver et émincer finement les oignons.
- Cuire lentement (compoter) avec le beurre pendant une trentaine de minutes afin d'obtenir une coloration blonde et uniforme.
- Egoutter, assaisonner et réserver.

4. Confectionner les omelettes - 18 min *(voir p. 201/203)*
- Casser les œufs un à un dans un ramequin, puis les verser dans une calotte à raison de 3 œufs par personne *.
- Assaisonner avec le sel fin et le poivre du moulin.
- Battre les œufs sans excès à l'aide d'une fourchette (l'appareil peut être passé au chinois).
- Ajouter les fines herbes ou la garniture retenue.
- **Vérifier la propreté de la poêle et l'affranchir si nécessaire.**
- Ajouter un peu d'huile et une parcelle de beurre.
- Lorsque le beurre commence à blondir dans l'huile, verser les œufs en vannant et en remuant à l'aide d'une fourchette.
- Rouler et façonner l'omelette.
- Respecter le degré de cuisson souhaité (baveuse, moelleuse, bien cuite).
- Retourner l'omelette sur le plat beurré.
- Rectifier la forme si nécessaire.

5. Terminer les omelettes - 2 min
- Lustrer les omelettes au beurre à l'aide d'un pinceau.
- Disposer, s'il y a lieu, les éléments de décor.
- Essuyer soigneusement le bord du plat.

REMARQUE : Les omelettes servies «nature» sont en général sans coloration, dès qu'elles comportent une petite garniture, elles doivent être très légèrement colorées, seules les omelettes plates sont colorées.



Omelettes au jambon, aux oignons, aux champignons et aux fines herbes

Matériel de préparation :

- 1 plaque à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 grande calotte
- 2 sébiles ou 2 petites calottes
- 1 ramequin

Matériel de cuisson :

- 1 ou 2 petites poêles à omelettes de 14 à 16 cm de diamètre

Matériel de dressage :

- plats longs plats
  ou
- assiettes de base

OMELETTE PORTUGAISE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Confectionner 0,50 l de sauce tomate *(voir p. 289/291)*

3. Confectionner la fondue de tomates *(voir p. 320)*

- Laver, éliminer le pédoncule et monder 0,500 kg de tomates.
- Les épépiner, les concasser.
- Cuire la tomate avec 0,050 kg d'échalotes ou d'oignons ciselées, 1 bouquet garni, 1 gousse d'ail et 0,02 l d'huile d'olive.
- Maintenir au chaud après cuisson.

4. Confectionner les omelettes

- Confectionner les omelettes et les fourrer avec la moitié de la tomate concassée.
- Les rouler et les disposer sur des assiettes beurrées.
- Lustrer les omelettes, et pratiquer une incision de 8 cm de longueur au centre.
- Remplir la cavité avec le reste de tomates concassées.
- Entourer les omelettes d'un cordon de sauce tomate et servir aussitôt.
- Placer une pointe de persil haché sur le bouquet de fondue de tomates.



Omelette portugaise

PLATS SIMILAIRES

Omelette au lard

- Mélanger aux œufs des petits lardons de poitrine demi-sel ou fumée, blanchis et sautés.

Omelette Parmentier

- Mélanger aux œufs des petits dés de pommes de terre sautés au beurre.

Omelette bonne-femme

- Mélanger aux œufs des oignons ciselés fondus au beurre, des champignons et des lardons sautés.

Omelette forestière

- Mélanger aux œufs des lardons de poitrine demi-sel, blanchis et sautés.
- Réaliser l'omelette et la garnir de morilles sautées au beurre et liées à la glace de viande.
- Disposer les plus belles morilles escalopées sur le dessus et l'entourer d'un cordon de fond brun de veau lié, parfumé aux morilles (peut se réaliser avec moitié morilles et moitié cèpes sautés).

Omelette chasseur

- Omelette fourrée d'un ragoût de foies de volaille et champignons *(voir œufs au plat).*



Omelette «nature»



OMELETTES PLATES À L'ESPAGNOLE

Œufs mélangés, additionnés d'un appareil à base de poivrons, d'oignons et de tomates concassées étuvé à l'huile d'olive. L'omelette est sautée à la poêle et retournée. (Les omelettes se font marcher à la commande).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- œufs*	pièce	24		
- huile d'arachide	l	0,4		
- beurre	kg	0,080		
Garniture				
- huile d'olive	l	0,04		
- gros oignons	kg	0,200		
- tomates (grosses)	kg	0,500		
- poivrons	kg	0,200		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail - 2 gousses	kg	0,015		
- concentré de tomate	kg	PM		
Finition				
- beurre	kg	0,020		
- persil	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 10 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES ŒUFS :			*1 à 2 min*	

** En restauration collective ou en entrée, il est possible de ne servir que deux œufs par personne.*

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les éléments de la garniture - 30 min
- Eplucher, laver et émincer finement les oignons.
- Laver, éliminer le pédoncule, et ôter les graines des poivrons.
- Les partager en 4 dans le sens de la verticale et éliminer les peaux blanchâtres, puis les tailler en julienne ; ils peuvent être mondés en les plongeant durant quelques minutes dans de l'huile à 180 °C, ou en les plaçant dans un four très chaud jusqu'à ce que la peau «cloque» et se retire facilement *(voir p. 122/123).*
- Laver, éliminer le pédoncule et monder les tomates.
- Les épépiner et les concasser.
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil.
- Eplucher et laver les gousses d'ail.
- Confectionner le bouquet garni.

3. Marquer la garniture en cuisson - 15 min
- Compoter lentement les oignons émincés dans une sauteuse avec de l'huile d'olive, les laisser très légèrement pincer.
- Ajouter la julienne de poivrons mondés, laisser suer à nouveau et ajouter les tomates concassées, les gousses d'ail entières et le bouquet garni avec une dominante en thym.
- Assaisonner, ajouter une pointe de sucre si les tomates sont acides et une cuillérée de concentré si elles manquent de couleur.
- Cuire jusqu'à la complète évaporation de l'eau de végétation des tomates.
- Eliminer les gousses d'ail et le bouquet garni.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Débarrasser la garniture à couvert au bain-marie.

4. Confectionner les omelettes - 18 min
- Casser un à un les œufs dans un ramequin, puis le verser dans une petite calotte à raison de 3 œufs par personne*.
- Assaisonner avec le sel fin et le poivre du moulin.
- Battre les œufs sans excès à l'aide d'une fourchette (l'appareil peut être passé au chinois).
- Ajouter un peu de persil haché et les 2/3 de la garniture, et réserver le reste pour la finition.
- **Vérifier la propreté de la poêle et «l'affranchir» si nécessaire.**
- Ajouter un peu d'huile dans la poêle et une parcelle de beurre.
- Lorsque le beurre commence à blondir dans l'huile, verser les œufs en vannant et en remuant à l'aide d'une fourchette.
- Arrêter de remuer les œufs et laisser l'omelette colorer légèrement.
- Retourner l'omelette en la faisant sauter.
- Glisser délicatement l'omelette dans une assiette à entremets beurrée.

5. Terminer les omelettes - 2 min
- Lustrer au beurre les omelettes à l'aide d'un pinceau.
- Disposer un petit bouquet de garniture sur chaque omelette.
- Ajouter une pointe de persil haché sur le bouquet de garniture.



Omelettes plates à l'espagnole

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper
- 1 petite calotte ou 4 sébiles
- 1 petit ramequin
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :

- 2 sauteuses moyennes
- 1 petite russe
- 1 ou 2 petites poêles à omelettes de 14 à 16 cm de diamètre

Matériel de dressage :

- 8 assiettes à entremets ou de base

OMELETTE PLATE PAYSANNE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Préparer les garnitures

- Equeuter et laver un bottillon d'oseille *(voir p. 95).*
- Rouler les feuilles en forme de cigare et les émincer (tailler en chiffonnade).
- Etuver la chiffonnade au beurre.
- Eplucher et laver 0,500 kg de pommes de terre à chair ferme.
- Les tailler en petits dés de 5 mm de section ou les émincer en rondelles.
- Les sauter au beurre.
- Détailler 0,250 kg de poitrine de porc demi-sel en petits lardons.
- Les blanchir, puis les sauter à l'huile sans les dessécher.
- Préparer 0,040 kg de fines herbes (persil, cerfeuil, estragon concassés et ciboulette ciselée). Il est possible de n'utiliser que du cerfeuil.

3. Ajouter la garniture aux œufs

4. Réaliser l'omelette plate individuelle

- Retourner l'omelette et la glisser sur une assiette chaude.
- Lustrer soigneusement.

PLATS SIMILAIRES

Omelette plate à la piperade et au jambon de Bayonne

- Réaliser une piperade selon la méthode expliquée page précédente ou voir «poulet sauté basquaise» *(fiche n° 109, p. 847).*
- La mélanger aux œufs. Confectionner l'omelette plate. Il est possible de l'accompagner de tranches de jambon de Bayonne sautées rapidement à la poêle. Se fait également avec des œufs brouillés.

Omelette plate fermière

- Mélanger aux œufs des petits dés de jambon et des fines herbes.

Omelette plate savoyarde

- Mélanger aux œufs des lamelles de gruyère, des rondelles de pommes de terre sautées à cru et de la crème.

Omelette plate suissesse

- Ajouter aux œufs de l'emmental râpé. Réaliser l'omelette plate. La recouvrir de crème et d'emmental tamisé. Gratiner sous la salamandre.



Omelette plate paysanne



Omelette en salade à l'huile d'olive et au basilic



Omelette en salade à l'huile d'olive et au basilic



Feuilleté d'œufs brouillés portugaise



Œufs au plat aux fruits de mer, coulis de crustacés

LES POISSONS



Bref rappel de technologie

Le poisson prend une part de plus en plus importante sur les cartes des restaurants.

Toutes les techniques de cuisson lui sont appliquées, les sauces et les garnitures d'accompagnement sont extrêmement nombreuses et variées.

La qualité des préparations à base de poisson dépend principalement de sa fraîcheur et de la précision de la cuisson, le poisson doit pouvoir garder toute son «identité».

Son prix d'achat est souvent élevé, il dépend bien sûr de l'espèce, de la saison, de l'offre et de la demande mais aussi, pour les poissons sauvages, des conditions météorologiques. La part de déchets, parures est souvent importante, parfois plus de 35 % pour certains poissons.



Merlans frits en colère



Soles meunière



Techniques mises en œuvre

- **Habiller, désarêter et fileter des poissons ronds**
- **Habiller, désarêter et fileter des poissons plats**
- **Détailler des darnes et des tronçons**
- **Réaliser un fumet de poisson au vin blanc, au vin rouge**
- **Réaliser une sauce vin blanc, une sauce vin blanc à glacer**
- **Réaliser une sauce vin rouge**
- **Réaliser des sauces émulsionnées**
- **Réaliser des beurres composés**
- **Réaliser un court-bouillon**
- **Réaliser une nage**
- **Réaliser une marinade instantanée**
- **Cuire des poissons**
- **Réaliser des gondoles**



Truite pochée aux petits légumes



Paupiettes de merlu au Noilly

Suggestions de garnitures d'accompagnement



Poissons cuits à la vapeur et pochés :
- pommes vapeur, à l'anglaise, persillées...
- boules, julienne et légumes tournés, étuvés ou glacés...
- petits flans de légumes, fondue d'épinards, de choux et de poireaux...

Poissons sautés et grillés :
- courgettes, champignons, fonds d'artichauts sautés...
- endives meunière, fenouil, tomates grillées...
- mini-ratatouille, gratins et flans de légumes...

Poissons frits :
- tomates étuvées, beignets de courgettes, d'aubergines, oignons frits...



DARNES DE COLIN POCHÉES, BEURRE FONDU

Tranches de colin pochées dans de l'eau salée, servies accompagnées d'une sauce à base de beurre émulsionné, légèrement citronnée.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes vapeur, à l'anglaise ou persillées ; choux-fleurs, brocolis, romanesco à l'anglaise ; flans de légumes (asperges, carottes, tomates).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- colin entier	kg	2,200		
ou				
- 8 darnes de 0,200 kg	kg	1,600		
- citron	pièce	1		
- gros sel (0,015 kg/l)	kg	PM		
Beurre fondu				
- eau	l	PM		
- citron	pièce	1/2		
- beurre extra-fin	kg	0,200		
- sel	kg	PM		
- piment de Cayenne	kg	PM		
Présentation				
- citrons (4 pièces)	kg	0,400		
- persil frisé	kg	0,040		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*50 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES DARNES :			*6 à 8 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail – 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller le colin et détailler les darnes – 15 min
(voir p. 159/161)
- Ebarber, écailler, vider, étêter, laver et éponger le colin.
- Détailler et ficeler les darnes, si nécessaire.
- Les réserver en chambre froide.

3. Préparer les éléments de décor – 10 min
- Laver, équeuter et réserver le persil en branches.
- Historier les citrons.
- Façonner les gondoles (facultatif).

4. Marquer les darnes de colin en cuisson – 5 min
- Peler à vif et détailler le citron en tranches.
- Ranger les darnes dans un sautoir ou dans un rondeau plat. Recouvrir d'eau froide.
- Ajouter les rondelles de citron et saler au gros sel.
- Monter progressivement à une température voisine de l'ébullition.
- Maintenir en cuisson sur le côté du feu pendant 6 à 8 min suivant l'épaisseur des darnes **(sans jamais atteindre l'ébullition)**.

5. Confectionner le beurre fondu – 10 min *(voir p. 304/305)*
- Réunir le jus d'un demi-citron avec 0,02 l d'eau dans une petite sauteuse.
- Réduire presqu'à sec.
- Sur le côté de la plaque du fourneau, incorporer progressivement le beurre découpé en petites parcelles, en l'émulsionnant à l'aide d'un petit fouet (le beurre fondu doit être onctueux).
- Assaisonner avec le sel fin et le piment de Cayenne.

6. Dresser les darnes de colin et le beurre fondu – 5 min
- Egoutter soigneusement et déficeler les darnes de colin.
- Les dresser sur le plat recouvert d'une serviette pliée ou, à défaut, d'un papier gaufré.
- Disposer harmonieusement les éléments de décor (citrons et persil).
- Dresser le beurre fondu en saucière.

REMARQUES :
- *Les poissons pochés à l'eau de sel doivent être d'une fraîcheur irréprochable.*
- *Les citrons utilisés lors de la cuisson doivent être impérativement pelés à vif. L'écorce communique une saveur amère au poisson ; d'autre part les citrons sont fréquemment traités avec différents produits phyto-sanitaires.*
- *Le colin est un poisson à chair tendre (fragile), éviter de le faire dégorger, le rincer simplement à l'eau glacée.*



Darnes de colin pochées, beurre fondu

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 bahut
- 1 petit fouet à sauce
- 1 paire de ciseaux à poisson
- 1 planche à découper
- 1 petit bain-marie
- 1 écumoire

Matériel de cuisson :

- 1 grand sautoir ou 1 rondeau plat
- 1 petite sauteuse pour le beurre fondu

Matériel de dressage :

- grands plats longs (torpilleurs) ou grands plats ronds
- serviettes ou papier gaufré
- saucières et dessous de saucières

FILETS DE MERLU (COLIN) POCHÉS, BEURRE BLANC

1. Mettre en place le poste de travail

2. Habiller et lever les filets d'un merlu (colin) de 2,200 kg *(voir p. 159/160)*

- Ebarber, écailler, vider, étêter, laver et éponger le merlu.
- Lever les filets délicatement et éliminer la peau.
- Les détailler en 8 portions régulières, et les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Préparer les éléments de décor

- Laver, équeuter et réserver le persil en branches.
- Historier 4 citrons en dents de loup.

4. Réaliser le beurre blanc *(voir p. 306/307)*

- Eplucher, laver et ciseler finement 0,040 kg d'échalotes grises de Jersey.
- Réunir dans une petite sauteuse les échalotes ciselées, 0,02 l de vin blanc et 0,02 l de vinaigre de vin blanc.
- Réduire des trois-quarts.
- Incorporer progressivement 0,200 kg de beurre extra-fin en petites parcelles, sur le côté de la plaque du fourneau, en l'émulsionnant à l'aide d'un petit fouet (le beurre blanc doit être onctueux).
- Assaisonner avec le sel fin et le piment de Cayenne (le beurre blanc peut être passé au chinois étamine).
- Réserver le beurre blanc dans un bain-marie en inox et le maintenir dans un endroit tiède (40 °C environ).

5. Pocher les filets de merlu

- Peler à vif et détailler un citron en tranches.
- Ranger les filets dans une plaque à poisson ou dans un sautoir.
- Recouvrir d'eau froide.
- Ajouter les rondelles de citron pelé à vif et saler au gros sel à raison de 0,015 kg de gros sel par litre d'eau.
- Monter progressivement à une température voisine de l'ébullition et maintenir doucement la cuisson sur le côté du feu durant 4 à 5 min **(sans jamais atteindre l'ébullition)**.
- Ecumer si nécessaire.

6. Dresser les filets de merlu

- Egoutter soigneusement les filets de merlu.
- Les dresser en couronne sur un grand plat rond recouvert d'une serviette pliée, ou à défaut d'un papier gaufré.
- Disposer harmonieusement les éléments de décor (citrons historiés et persil en branches).
- Dresser le beurre blanc en saucière.

PLATS SIMILAIRES

Darnes de lieu jaune pochées, beurre fondu à l'orange

- Pocher les darnes de lieu jaune selon la méthode des darnes de colin.
- Servir avec un beurre fondu à l'orange : réduire 0,030 kg de sucre avec 0,02 l d'eau, déglacer avec 0,10 l de jus d'orange. Mouiller avec 0,20 l de fumet de poisson, réduire à glace. Ajouter 0,10 l de crème, réduire à nouveau et monter avec 0,200 kg de beurre extra-fin.
- Ajouter une julienne courte de zestes d'oranges fortement blanchis.

Filet de bar, beurre émulsionné à la ciboulette

- Pocher les filets de bar à l'eau de sel. Les accompagner d'un beurre émulsionné à la ciboulette.
- Réduire vin blanc, échalotes et fumet de poisson à glace. Crémer, réduire à nouveau, monter au beurre, assaisonner et ajouter de la ciboulette ciselée.

REMARQUE : Ce beurre émulsionné peut être réalisé avec du cerfeuil ou de l'aneth.



Filets de merlu pochés, beurre blanc



TRONÇONS DE TURBOT OU TURBOTINS POCHÉS, SAUCE HOLLANDAISE

Tronçons de turbot pochés dans de l'eau citronnée et du lait, servis chauds, accompagnés d'une sauce émulsionnée chaude à base d'œufs, de beurre et de jus de citron.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes vapeur, à l'anglaise ou persillées ; choux-fleurs, brocolis, romanesco, crambes maritimes à l'anglaise ; flans de légumes.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- turbot entier	kg	2,800 à 3,200		
ou				
- 2 turbotins de 1,600 kg chacun	kg	3,200		
- lait	l	0,40		
- citron (1 pièce)	kg	0,100		
Sauce hollandaise				
- œufs (jaunes)	pièce	4		
- eau	l	PM		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
- beurre extra-fin	kg	0,250		
Présentation				
- citrons (4 pièces)	kg	0,400		
- persil frisé	kg	0,040		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	

DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION	*1 h 15 min*
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES TRONÇONS :	*14 à 18 min*

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Mettre le beurre à clarifier pour la sauce hollandaise - 2 min
- Découper le beurre en parcelles et le mettre à fondre au bain-marie.

3. Habiller et détailler le turbot en tronçons ou habiller et brider les turbotins - 15 min *(voir p. 171/174)*
- Brosser, laver, ébarber, vider, étêter, laver et fendre le turbot en deux dans le sens de la longueur.
- Détailler les moitiés de turbot en tronçons.
- Les laver soigneusement et les laisser dégorger à l'eau courante pendant quelques minutes.
  ou pour les turbotins pochés entiers :
- Ebarber, vider, ôter les ouïes, gratter soigneusement le caillot de sang des turbotins.
- Les faire dégorger à l'eau courante et les brider.

4. Préparer les éléments de décor - 5 min
- Laver, équeuter et réserver le persil en branches.
- Historier les citrons.
- Façonner les gondoles (facultatif) *(voir p. 346).*

5. Marquer les tronçons de turbot ou les turbotins en cuisson - 10 min *(voir p. 366/367)*
- Mettre le lait à bouillir.
- Peler à vif et détailler le citron en tranches.
- Poser les tronçons de turbot dans un rondeau plat ou les turbotins dans une turbotière. Les placer côté peau blanche sur le dessus.
- Recouvrir d'eau froide, ajouter le lait, les rondelles de citron et saler au gros sel à raison de 0,015 kg par litre d'eau.
- Monter progressivement à une température voisine de l'ébullition.
- Maintenir en cuisson sur le côté du feu pendant une quinzaine de minutes suivant l'épaisseur des tronçons (sans jamais atteindre l'ébullition).

6. Confectionner la sauce hollandaise - 15 min *(voir p. 308/311)*
- Clarifier les œufs.
- Décanter le beurre.
- Mettre les jaunes dans une petite sauteuse et ajouter 0,02 l d'eau froide.
- Chauffer très doucement sur le coin de la plaque du fourneau, en fouettant énergiquement jusqu'à ce que la température atteigne environ 50 à 55 °C (température maximale que supporte la main) ; les œufs doivent avoir une consistance mousseuse et chaque coup de fouet doit laisser apercevoir le fond de la sauteuse.
- Retirer le récipient du feu, assaisonner (sel fin et piment de Cayenne) et incorporer progressivement le beurre clarifié. Si la sauce est trop épaisse, ajouter un peu d'eau tiède ou le jus de citron si la sauce est servie immédiatement.
- Passer la sauce au chinois étamine dans un bain-marie en inox et maintenir au chaud.
- Ajouter un filet de jus de citron au moment du service.

7. Dresser les tronçons de turbot et la sauce hollandaise - 5 min
- Egoutter soigneusement les tronçons de turbot.
- Les dresser, côté peau blanche sur le dessus, sur un plat long recouvert d'une serviette, ou à défaut d'un papier gaufré.
- Disposer harmonieusement les éléments de décor (citrons historiés et persil en branches).
- Servir la sauce hollandaise dans une saucière.

REMARQUES :
- ***Le lait coagule fréquemment durant la cuisson, nettoyer délicatement les tronçons ou les turbotins avec la cuisson à l'aide d'un pinceau.***
- ***La sauce hollandaise doit être réalisée dans le délai le plus rapproché du service.***



Tronçons de turbot ou turbotins pochés, sauce hollandaise

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 chinois étamine
- 1 écumoire
- 1 paire de ciseaux à poisson
- 2 bahuts
- 1 petit bain-marie
- 1 petit fouet à sauce

Matériel de cuisson :

- 1 turbotière ou 1 rondeau plat
- 1 petite sauteuse
- 1 petite russe

Matériel de dressage :

- grands plats longs (torpilleurs)
- serviettes ou papier gaufré
- saucières et dessous de saucières

TRONÇONS DE TURBOT CRÉCY

1. Mettre en place le poste de travail

2. Habiller et détailler le turbot en tronçons

- Tailler 2 tronçons par personne

3. Préparer la garniture Crécy

- Cuire 0,800 kg de carottes à l'anglaise, les égoutter, les passer au tamis et les faire dessécher avec 0,050 kg de beurre. Ajouter alors 0,20 l de crème. Porter à ébullition puis, hors du feu, assaisonner et incorporer 5 œufs entiers.
- Cuire 0,800 kg de pommes de terre à l'anglaise, les égoutter, les passer au tamis, et les faire dessécher avec 0,050 kg de beurre. Incorporer alors 0,25 l de lait puis, hors du feu, assaisonner et incorporer 3 œufs entiers.
- Mouler alternativement ces deux purées dans un moule conique beurré. Faire cuire au four, au bain-marie, pendant 30 min. Laisser reposer 10 min après cuisson.

4. Confectionner un beurre blanc *(voir p. 306/307)*

- Faire réduire 0,04 l de vin blanc et 0,02 l de vinaigre de vin blanc avec une échalote ciselée, du sel et une pointe de piment de Cayenne.
- Ajouter alors deux cuillerées de crème. Faire réduire et incorporer 0,200 kg de beurre extra-fin, assaisonner.
- Passer au chinois et conserver à 40/45 °C.

5. Marquer les tronçons de turbot en cuisson
(voir «Tronçons de turbot ou turbotins pochés»)

6. Dresser les tronçons de turbot

- Napper l'assiette de beurre fondu et disposer deux tronçons, parfaitement égouttés, en éventail.
- Au centre, déposer une tranche de purée Crécy.
- Ajouter éventuellement deux pommes de terre à l'anglaise et deux carottes tournées et glacées à blanc.

PLATS SIMILAIRES

Blancs de barbue pochés, sabayon à la tomate et au fenouil

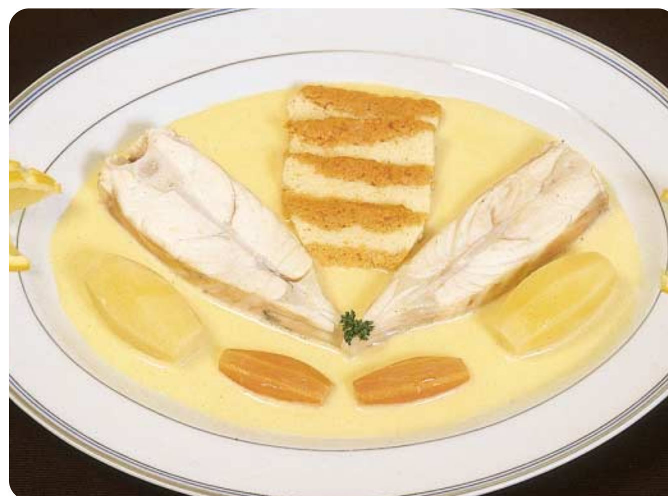
- Pocher les escalopes de filets de barbue selon la méthode des tronçons de turbot. Servir avec un sabayon à la tomate et au fenouil.
- Sauce hollandaise sans jus de citron, additionnée d'une compote très sèche et mixée finement d'oignons, de tomates et de fenouil, parfumée au safran.
- Accompagner de petits flans de poivrons rouges et verts.

Filets de haddock pochés, sauce mousseline

- Dessaler les filets de haddock à l'eau courante. Les pocher dans un mélange d'eau et de lait. Dresser sur plat creux avec un peu de cuisson.
- Servir avec une sauce hollandaise additionnée de crème fouettée juste au moment de l'envoi. Servir en même temps des pommes à l'anglaise fraîchement cuites et brûlantes.

Blancs de turbot pochés, sauce bavaroise

- Blancs de turbot pochés dans un mélange d'eau et de lait, servis avec une sauce façon sauce bavaroise réalisée à partir d'une réduction de vinaigre, de vin blanc, d'échalotes ciselées et de mignonnette. Ajouter des jaunes d'œufs et monter comme une sauce hollandaise.
- Monter le sabayon au beurre d'écrevisses. Passer et garnir d'une brunoise de queues d'écrevisses. Détendre avec un peu de crème fouettée.



Tronçons de turbot Crécy



TRUITES POCHÉES AU COURT-BOUILLON, BEURRE BLANC

Truites pochées et servies dans un court-bouillon aromatisé, accompagnées d'une sauce à base de beurre émulsionné.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes vapeur, à l'anglaise ou persillées ; flans de légumes (asperges, carottes, tomates) ; courgettes, pâtissons, potimarrons étuvés.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- truites (8 x 0,250 kg)	kg	2		
Court-bouillon				
- carottes	kg	0,400		
- oignons	kg	0,400		
- bouquet garni	pièce	1		
- vin blanc	l	0,40		
- gros sel	kg	PM		
- poivre en grains	kg	0,010		
Beurre blanc				
- échalotes grises	kg	0,040		
- vin blanc	l	0,04		
- vinaigre de vin blanc	l	0,02		
- crème liquide (facultatif)	l	0,10		
- beurre extra-fin	kg	0,200		
Finition				
- persil	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 40 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES TRUITES :			*8 à 10 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les éléments du court-bouillon - 15 min
- Eplucher, laver, canneler, puis émincer les carottes à la mandoline.
- Eplucher, laver, et émincer les oignons en bracelets.
- Laver, équeuter et réserver le persil en branches.
- Confectionner le bouquet garni.

3. Marquer le court-bouillon en cuisson - 15 min *(voir p. 336/338)*
- Mettre à bouillir 2 à 3 litres d'eau avec les carottes et le bouquet garni. Saler au gros sel.
- Ajouter les oignons au bout de 10 min d'ébullition et quelques grains de poivre en fin de cuisson (les oignons cuisent très rapidement).
- Refroidir rapidement le court-bouillon.

4. Habiller les truites - 20 min *(voir p. 155/156)*
- Ebarber et vider soigneusement les truites (limiter à 2 cm l'ouverture ventrale).
- Eliminer délicatement les ouïes.
- **Gratter les caillots de sang sous un filet d'eau froide à l'aide du manche d'une cuillère.**
- Rincer abondamment et laisser les truites dégorger durant quelques minutes dans de l'eau glacée.

5. Marquer les truites en cuisson - 5 min
- Disposer les truites en diagonale dans la plaque à poisson, la tête à gauche.
- Verser la moitié du court-bouillon refroidi sur les truites, et porter doucement à ébullition.
- Laisser cuire sans bouillir durant 8 à 10 min.

6. Confectionner le beurre blanc - 15 min *(voir p. 306/307)*
Le beurre blanc peut être passé au chinois étamine.
Certains professionnels ajoutent de la crème à la réduction.
- Eplucher, laver et ciseler finement les échalotes.
- Réunir dans une petite sauteuse les échalotes ciselées, le vin blanc et le vinaigre de vin blanc.
- Réduire presqu'à sec.
- Incorporer progressivement, sur le côté de la plaque du fourneau, le beurre découpé en petites parcelles, en l'émulsionnant à l'aide d'un petit fouet (le beurre doit être onctueux).
- Assaisonner avec le sel fin et le piment de Cayenne.
- Réserver à 40/45 °C le beurre blanc à couvert, dans un petit bain-marie en inox.

7. S'assurer de la cuisson des truites - 2 min

8. Dresser les truites - 8 min
- Egoutter délicatement les truites et les dresser dans une plaque à poisson en bi-métal (ou dans un plat sabot).
- Verser le reste du court-bouillon brûlant en répartissant harmonieusement la garniture aromatique sur les truites.
- Ajouter un peu de persil en branches.
- Mettre en évidence le bouquet garni.
- Dresser le beurre fondu en saucière.

REMARQUE : Cette technique s'applique également à la cuisson des crustacés.



Truites pochées au court-bouillon, beurre blanc

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 bahut
- 1 mandoline
- 1 petit fouet à sauce
- 1 paire de ciseaux à poisson
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne
- 1 rondeau plat ou une grande plaque à poisson ovale
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- plaques à poisson (bi-métal) ou plats sabots
- dessous de plats ovales
- papier gaufré
- saucières et dessous de saucières

POISSONS AU BLEU, BEURRE DE NAGE (truites, petites carpes, brochetons et saumons de fontaine)

1. Mettre en place le poste de travail

2. Préparer les éléments de la nage *(voir p. 338)*

- Court-bouillon dont la garniture aromatique est soigneusement émincée et présentée aux clients, rondelles de carottes cannelées, bracelets réguliers d'oignons, bouquet garni.

3. Marquer la nage en cuisson

- La marquer en cuisson selon la méthode du court-bouillon ci-contre. Ne pas ajouter de vin blanc dans ce cas précis et ajouter les oignons à la fin de la cuisson des carottes.

4. Habiller les poissons

(Ils doivent être impérativement vivants et vigoureux)

- Les assommer d'un coup sec derrière la tête.
- Les maintenir fermement en enfonçant les doigts à l'emplacement des ouïes et en soulevant les opercules.
- Pratiquer une légère incision ventrale, les vider en y touchant le moins possible et en protégeant au maximum le limon qui les recouvre.
- Ne pas les écailler, ni les ébarber, gratter les caillots de sang et rincer délicatement l'intérieur de la partie ventrale.
- Les arroser immédiatement avec du vinaigre bouillant (les poissons prennent ainsi la teinte bleue caractéristique).

5. Pocher les poissons

- Verser les poissons et le vinaigre dans la nage bouillante pour les poissons les plus petits (truites), légèrement refroidie pour les plus gros (brochetons, saumons de fontaine).
- Les poissons doivent se courber et la chair peut se déchirer.

6. Confectionner le beurre de nage

- Réduire presqu'à sec un demi-litre de nage et la monter avec 0,200 kg de beurre extra-fin.
- Vérifier l'acidité et l'assaisonnement (on peut ajouter des pluches de cerfeuil, quelques fines rondelles de carottes et quelques bracelets d'oignons réservés pour cet usage).

7. Dresser les poissons au bleu

- Les dresser dans une poissonnière (bi-métal ou argent).
- Verser une partie de la nage en répartissant harmonieusement la garniture aromatique sur les poissons.
- Ajouter un peu de persil en branches.
- Dresser le beurre de nage en saucière.

PLATS SIMILAIRES

Ailes de raiteaux pochées, beurre noisette aux câpres

- **Préparer les ailes de raiteaux :** faire dégorger 8 petites ailes de raiteaux de 0,250 kg chacune. Les rincer soigneusement à l'eau courante afin d'ôter toutes les traces de mucus. **Réaliser le court-bouillon :** le réaliser très parfumé. Ajouter en plus des carottes et des oignons, du poireau, du céleri en branches et un fort bouquet garni. Saler au gros sel et ajouter 0,10 l de vinaigre par litre d'eau. **Pocher les raiteaux :** les placer dans le court-bouillon froid et les pocher en évitant l'ébullition durant 10 à 12 min environ.

  REMARQUE : Si les raiteaux sont destinés à être servis froids, passer le court-bouillon à l'étamine et les conserver dans le court-bouillon refroidi rapidement.

- **Dresser les ailes de raiteaux :** les égoutter soigneusement et les dépouiller. Oter les cartilages (facultatif). Les disposer sur un grand plat beurré et brûlant. Répartir uniformément les câpres. Napper de beurre noisette. Déglacer la poêle ayant servi à réaliser le beurre noisette avec un vinaigre fin, et arroser les poissons avec le vinaigre réduit. Saupoudrer avec du persil fraîchement haché.

Brochet de Loire poché, beurre nantais

- Pocher le brochet dans un court-bouillon au vin blanc ou au vinaigre. Servir avec un beurre blanc réalisé avec du vin blanc du pays nantais (voir fiche précédente, le beurre nantais n'est jamais crémé).



Truites au bleu, beurre de nage



SAUMON FROID EN GELÉE, SAUCE ANDALOUSE (OU EN BELLEVUE)

Saumon poché entier, refroidi dans le court-bouillon, dépouillé puis décoré et lustré avec de la gelée. Il est servi avec une sauce mayonnaise additionnée d'une fondue de tomates et de petits dés de poivrons.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : œufs durs mimosa, petites tomates ou tartelettes garnies de macédoine de légumes mayonnaise, tronçons de concombres évidés, remplis de sauce cocktail, etc.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- saumon sauvage (1 x 2 kg env.)	kg	2		
Court-bouillon				
- carottes	kg	0,400		
- oignons	kg	0,400		
- bouquet garni	pièce	1		
- gros sel	kg	PM		
- poivre en grains	kg	0,010		
Gelée de poissons				
Base				
- Fumet de poisson gélatineux au vin blanc	l	1,60		
Clarification				
- échalotes	kg	0,050		
- parures de champignons	kg	0,050		
- vert de poireau	kg	0,050		
- filets de merlan dépouillés	kg	0,200		
- œufs (blancs)	pièce	2		
Eléments de décor				
- tomates «garniture»	kg	0,100		
- vert de poireau	kg	PM		
- cerfeuil	botte	PM		
- estragon	botte	PM		
- œuf dur	pièce	PM		
- truffes (facultatif)	kg	PM		
Sauce andalouse				
Mayonnaise				
- œufs (jaunes)	pièce	2		
- moutarde	kg	0,015		
- vinaigre	l	0,02		
- huile	l	0,30		
- sel	kg	PM		
- piment de Cayenne	kg	PM		
- fondue de tomates très sèche et tamisée	kg	0,100		
- poivrons rouges	kg	0,200		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 50 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			***18 à 20 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Réaliser le court-bouillon - 20 min *(voir p. 336/337)*
- Ne pas ajouter de vinaigre (l'acide décolore la chair du poisson).
- Le faire refroidir rapidement.

3. Habiller le saumon - 15 min *(voir p. 161/162)*

4. Pocher le saumon - 5 min *(voir p. 363/364)*
- Le placer sur le ventre sur la grille de la poissonnière.
- L'immerger entièrement avec le court-bouillon refroidi.
- Porter l'eau à 95/98 °C et pocher le saumon durant 18 à 20 min maximum, en évitant toute ébullition.
- **Laisser refroidir le saumon dans le court-bouillon.**

5. Préparer la gelée de poisson - 30 min
- Réaliser un fumet de poisson avec des têtes et des arêtes de poissons gélatineux (turbot).
- Ne pas faire suer la garniture aromatique de manière à ce qu'il n'y ait aucune trace de matière grasse.
- L'assaisonner (sel et grains de poivre écrasés).

6. Tremper à l'eau froide les feuilles de gélatine

7. Clarifier le fumet - 10 min
- Réunir dans une russe les échalotes, les poireaux et les champignons émincés.
- Ajouter la chair des filets de merlan hachée au couteau et les blancs d'œufs.
- Verser un peu d'eau froide et mélanger.
- Ajouter progressivement le fumet refroidi sur les éléments de la clarification.
- Porter doucement à ébullition en remuant doucement sans discontinuer. Arrêter de remuer lorsque l'albumine du poisson et des œufs coagulent et s'agglomèrent en surface.
- Cuire à très faible ébullition durant 30 min environ.
- Passer délicatement la gelée à l'étamine dans un récipient en acier inoxydable.
- Ajouter les feuilles de gelée rincées et parfaitement épongées.
- Refroidir la gelée rapidement.

8. Glacer ou lustrer le saumon à la gelée - 10 min
- Dépouiller délicatement le saumon et ôter toutes les parties noirâtres de gras.
- Le placer sur une grande plaque recouverte d'une grille et le napper uniformément avec la gelée huileuse (presque prise).
- Le replacer en enceinte réfrigérée durant une vingtaine de minutes.
- Le napper de gelée une deuxième fois.

9. Décorer le saumon - 20 min
- Réaliser les éléments de décor (détails de tomates, de vert de poireau et de feuilles d'estragon blanchies...).
- Les fixer sur le saumon en les «collant» avec un peu de gelée.
- Lustrer à nouveau le saumon et les éléments de décor avec le reste de la gelée.
- Réserver le saumon décoré en enceinte réfrigérée.

10. Réaliser la sauce andalouse - 20 min
- Dessécher la fondue de tomates et la mixer ou la passer au tamis.
- Monder au four les poivrons, et les détailler en brunoise.
- Réaliser la sauce mayonnaise. Lui ajouter la fondue de tomates et les poivrons.
- Vérifier l'assaisonnement.

11. Dresser le saumon - 10 min *(Plusieurs solutions peuvent être envisagées)*
- Le déposer sur un fond de plat chaud-froité et lustré à la gelée. Dans ce cas, le plat peut être festonné avec des détails de gelée découpés à l'emporte-pièce.
- S'il est découpé en portions, il peut être aussi déposé sur un lit de feuilles de laitue ou émincées en chiffonnade. Le plat est alors festonné de demi-lamelles de citron cannelé, ou de demi-lamelles de concombre.



Saumon froid en gelée, sauce andalouse

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 petite calotte
- 1 petit bain-marie
- 1 petit fouet à sauce
- 1 paire de ciseaux à poisson
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper
- 1 pinceau

Matériel de cuisson :

- 1 saumonière
- 1 russe moyenne
- 1 sauteuse moyenne

Matériel de dressage :

- grand plat long ou torpilleur
- saucières et dessous de saucières

TRUITES EN CHAUD-FROID, SAUCE VERTE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser un court-bouillon au vin blanc et le laisser refroidir *(méthode identique à la réalisation des «Truites pochées au court-bouillon»)*

3. Habiller, dégorger et rincer soigneusement 8 truites de 0,250 kg chacune

4. Les pocher et les laisser refroidir dans le court-bouillon

5. Réaliser la sauce chaud-froid

- Réduire d'un tiers 1 l d'excellent velouté de poisson avec 0,20 l de crème en vannant fréquemment.
- Y ajouter 6 feuilles de gélatine trempées à l'eau froide au préalable.
- Vérifier l'assaisonnement et passer la sauce au chinois étamine.
- La faire refroidir rapidement.

6. Dépouiller les truites

- Les placer sur une plaque recouverte d'une grille.
- Oter soigneusement la peau et la graisse en diagonale sur la partie ventrale uniquement.
- Réserver les truites en enceinte réfrigérée.

7. Napper les truites avec la sauce chaud-froid

- Les napper soigneusement (sauf la tête et la queue).
- Les replacer en enceinte réfrigérée.
- Recommencer une deuxième fois lorsque la première couche de sauce est prise en gelée.

8. Décorer les truites

- Les décorer harmonieusement avec des détails de tomates, de radis roses, de vert de poireau blanchi, d'œufs durs, de truffes, etc.).
- Fixer les éléments de décor avec un peu de gelée blanche de poisson.

9. Lustrer les truites à la gelée

- Les lustrer uniformément avec de la gelée de poisson parfaitement claire et transparente.
- Réserver les truites en enceinte réfrigérée.

10. Réaliser la sauce verte *(voir p. 315)*

- Réaliser une sauce mayonnaise.
- Lui ajouter quelques grammes de coagulat vert de chlorophylle, puis des fines herbes fraîchement hachées ou ciselées et soigneusement pressées.

11. Dresser les truites

- Les dresser sur un fond de plat chaud-froité, décoré harmonieusement et lustré à la gelée.
- Servir la sauce en saucière.

PLAT SIMILAIRE

Pressé d'aile de raie en ravigote

- Pocher les ailes de raie dans un court-bouillon corsé.
- Egoutter, dépouiller, ôter les cartilages et effilocher la chair.
- Chemiser une terrine d'une couche fine de gelée claire de poisson.
- Intercaler (par couches successives) l'effilochée de raie assaisonnée et trempée dans de la gelée claire, des œufs durs concassés, des câpres fines, des cornichons et de l'échalote finement ciselés et des fines herbes fraîchement hachées ou ciselées.
- Presser la terrine avec une petite planchette enveloppée dans un film alimentaire et un poids de 2 kg.
- Laisser prendre en enceinte réfrigérée à + 3 °C durant quelques heures.
- Détailler en tranches régulières d'1 cm d'épaisseur.
- Dresser sur assiette avec un petit bouquet de mesclun aux herbes et une sauce vinaigrette à l'huile d'olive et aux croûtons frits aillés.

Petite nage de saumon de fontaine au cidre

- Tailler en julienne fine des blancs de poireaux, des champignons, des carottes, du céleri en branches et ciseler des échalotes. Les étuver au beurre. Mouiller avec du cidre et cuire le court-bouillon durant une dizaine de minutes. Vider et désarêter les saumons de fontaine par le dos. Les placer sur le court-bouillon et les pocher durant 3 à 4 min. Les débarrasser, les dépouiller et les dresser sur un torpilleur. Réduire le court-bouillon, le crémer, réduire à nouveau et le monter au beurre. Napper soigneusement et ajouter quelques pluches de cerfeuil.



Truites en chaud-froid, sauce verte



TRUITES DE MER EN ÉCAILLES DE TOMATES ET COURGETTES, BEURRE AU FENOUIL

Truites de mer ouvertes sur le dos, désarêtées, garnies de rondelles de tomates et courgettes. Elles sont cuites à la vapeur et servies accompagnées d'un beurre émulsionné au fenouil.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : petits flans de tomates, de poivrons, de fenouil, pommes à l'anglaise, vapeur ou persillées, pâtes fraîches au safran ou au curcuma.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- truites de mer (2 x 1 kg à 1,200 kg)	kg	2 à 2,400		
- beurre	kg	0,040		
Marinade				
- huile	l	0,08		
- fenouil frais ou aneth	botte	PM		
- graines de fenouil	kg	PM		
- citron (pièce)	kg	0,100		
- Garniture				
- tomates garniture de 4 cm de diamètre	kg	0,500		
- courgettes longues de 4 cm de diamètre	kg	0,500		
- beurre	kg	0,040		
Beurre au fenouil				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes grises	kg	0,040		
- fenouil bulbeux	kg	0,400		
- anis étoilé ou badiane	pièce	4		
- fumet de poisson	l	0,10		
- crème	l	0,20		
- beurre	kg	0,200		
- apéritif anisé	l	0,01		
Finition				
- beurre	kg	0,040		
- fenouil frais	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 15 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES TRUITES :			*8 à 12 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller les truites et les désarêter par le dos - 20 min
- Ne pas ouvrir la partie ventrale, les vider par les ouies *(voir p. 158/159).*
- Eliminer l'arête centrale par le dos.
- Les rincer délicatement, les éponger soigneusement et s'assurer qu'il ne reste plus de petites arêtes.

3. Réaliser la marinade instantanée et mettre les truites à mariner - 10 min
- Ouvrir les truites, les badigeonner avec l'huile et le jus de citron, les assaisonner et les parsemer de fenouil frais haché et de graines de fenouil broyées.
- Refermer les truites et les recouvrir d'un film en matière plastique alimentaire.
- Les réserver en enceinte réfrigérée.

4. Préparer la garniture - 15 min
- Laver et monder les tomates, puis les émincer en tranches régulières de 3 mm d'épaisseur. Les dégorger sans excès avec du sel fin.
- Laver, canneler et émincer les courgettes en rondelles également de 3 mm d'épaisseur. Les blanchir durant une vingtaine de secondes à l'eau bouillante, les rafraîchir à l'eau glacée, les égoutter délicatement sur du papier absorbant et les assaisonner.

5. Réaliser la réduction du beurre au fenouil - 10 min
- Eplucher, laver et ciseler les échalotes.
- Eplucher, effilandrer, laver et émincer finement le bulbe de fenouil.
- Faire suer au beurre le fenouil et les échalotes ciselées.
- Ajouter l'anis étoilé et le fumet de poisson.
- Recouvrir d'un papier sulfurisé beurré, et laisser compoter lentement durant une vingtaine de minutes.

6. Réaliser le montage des truites en «écailles» - 15 min
- Beurrer deux plaques plates perforées d'un cuiseur à vapeur ou d'un polycuiseur.
- Déposer les truites ouvertes sur les plaques et les assaisonner.
- Disposer les lamelles de tomates et de courgettes en «écailles» en les intercalant.
- Commencer par la partie inférieure des truites et monter progressivement vers la tête.
- Fixer les dernières rondelles avec des bâtonnets pointus en bois.
- Assaisonner avec sel fin et poivre du moulin.

7. Marquer les truites en cuisson - 5 min
- Les cuire à la vapeur fluente (sans pression) durant 8 à12 min selon l'épaisseur des truites.

8. Terminer le beurre au fenouil - 10 min
- Ajouter la crème à la fondue de fenouil.
- La réduire jusqu'à la consistance nappante.
- Oter l'anis étoilé.
- Mixer la fondue de fenouil crémée au mixeur vertical.
- La monter au beurre comme un beurre blanc.
- Passer au chinois étamine, ajouter quelques gouttes d'apéritif anisé et vérifier l'assaisonnement.

9. Dresser les truites - 5 min
- Glisser les truites sur un grand plat beurré.
- Les lustrer au beurre clarifié.
- Les entourer d'un cordon de beurre au fenouil, et dresser le reste en saucière.
- Disposer harmonieusement quelques petites bouquets de fenouil frais en branches.



Truite de mer en écailles de tomates et courgettes, beurre au fenouil

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine
- 1 paire de ciseaux à poisson
- 1 grande calotte
- 1 mandoline

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne
- 1 petite sauteuse
- 2 plaques GN 1/1 perforées

Matériel de dressage :

- grands plats ovales ou torpilleurs
- saucières et dessous de saucières
- papier gaufré

SUPRÊMES DE BARBUE FARCIS EN DAMIERS, BEURRE DE PIPERADE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Habiller et lever les filets d'une barbue de 2,500 kg à 2,600 kg

- Les détailler en 8 morceaux réguliers de forme parallélépipédique.
- Les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Réaliser la piperade au jambon de Bayonne
(voir «Poulet sauté basquaise», fiche n° 109, p. 847).

- Laisser refroidir la pipérade.

4. Préparer les lanières de courgettes et de carottes

- Choisir 0,600 kg de courgettes très vertes, droites et longues et 0,600 kg de carottes très rouges et régulières.
- Les émincer dans le sens de la longueur en lanières très fines à l'aide d'une mandoline ou d'un trancheur universel.
- Parer les lanières de façon à ce qu'elles fassent toutes 2 cm à 2,5 cm de largeur.
- Blanchir les lanières de carottes durant une trentaine de secondes, et les lanières de courgettes durant 5 secondes au maximum.
- Les rafraîchir à l'eau glacée, et les égoutter très délicatement sur du papier absorbant.

5. Farcir les suprêmes de barbue

- Les ouvrir en «portefeuille», les assaisonner et les masquer avec la moitié de la piperade refroidie.
- Refermer les suprêmes.

6. Réaliser les damiers de carottes et de courgettes et envelopper les suprêmes

- Disposer les lanières de carottes et de courgettes en les intercalant et en les croisant de manière à obtenir des damiers.
- Disposer un suprême sur chaque damier et replier les lanières de façon à bien envelopper le suprême.
- Les maintenir en les enveloppant dans un film en plastique alimentaire.

7. Marquer les suprêmes de barbue en cuisson

- Les disposer sur une plaque perforée et les cuire à la vapeur fluente (sans pression) durant 10 à 12 min environ.

8. Terminer le beurre à la piperade

- Mixer le reste de la piperade au mixeur vertical.
- La monter au beurre comme un beurre blanc.
- Passer au chinois étamine, et vérifier l'assaisonnement.

9. Dresser les suprêmes de barbue

- Les dresser sur assiette et les lustrer au beurre clarifié.
- Les entourer d'un cordon de beurre à la piperade et répartir des petits bouquets de brunoise de poivrons verts et rouges.

PLATS SIMILAIRES

Filets de sole Doria

- Filets de sole montés en «écailles» avec des rondelles de concombre blanchies.

Paupiette de merlan en habit vert

- Filet de merlan farci de farce mousseline, roulé, entouré de feuilles d'épinards blanchies.
- Envelopper d'un film en plastique alimentaire, pocher à la vapeur.
- Servir avec une sauce vin blanc à la ciboulette.



Suprême de barbue farci en damier, beurre de piperade



MOUSSELINE DE MERLAN ARLEQUIN

Farce mousseline de merlan additionnée d'une brunoise de carottes, courgettes et poivrons, cuite dans un ramequin chemisé de carottes et de courgettes. Elle est servie avec une sauce vin blanc obtenue à partir d'une réduction de vin blanc et de fumet de poisson, crémée et montée au beurre.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- merlans (4 x 0,400 kg à 0,450 kg)	kg	1,600 à 1,800		
- œufs (3 blancs)	kg	0,090		
- crème fleurette	l	0,80		
Brunoise de légumes				
- carottes	kg	0,200		
- courgettes	kg	0,200		
- poivrons rouges	kg	0,100		
- champignons très blancs	kg	0,200		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
- beurre	kg	0,020		
Chemisage				
- beurre	kg	0,080		
- carottes	kg	0,250		
- courgettes	kg	0,250		
Fumet de poisson				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- oignons	kg	0,080		
- carottes (facultatif)	kg	0,080		
- arêtes de merlan	kg	PM		
- parures de champignons	kg	PM		
- bouquet garni	pièce	1		
- poivre en grains	kg	PM		
- vin blanc	l	0,10		
Sauce				
- beurre	kg	0,020		
- échalotes	kg	0,040		
- vin blanc	l	0,10		
- fumet de poisson	l	PM		
- crème	l	0,20		
- beurre	kg	0,160		
Finition				
- cerfeuil	botte	1/4		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*2 h 30 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES MOUSSELINES :			*12 à 14 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Eplucher et laver tous les légumes - 15 min

3. Tailler la brunoise de carottes, de courgettes, de champignons et de poivrons rouges - 15 min
- La tailler en petits dés de 3 mm de section maximum. N'utiliser que la partie verte des courgettes.
- Eplucher les poivrons rouges à l'économe. Ne pas les monder à chaud afin de préserver la couleur.
- Cuire séparément les légumes à l'anglaise en les maintenant fermes.
- Les rafraîchir à l'eau glacée et les égoutter soigneusement.
- Etuver la brunoise de champignons avec un peu de beurre et de jus de citron.

4. Canneler et émincer finement les carottes et les courgettes destinées au chemisage des ramequins - 10 min
- Ne pas éplucher les courgettes, les canneler régulièrement.
- Blanchir fortement les rondelles de carottes et de courgettes à l'eau bouillante. Les rafraîchir à l'eau glacée et les égoutter délicatement sur du papier absorbant.

5. Refroidir les différents accessoires de la machine à hacher ou la cuve du mixeur - 2 min
- Les placer en enceinte réfrigérée.

6. Habiller et lever les filets de merlans - 15 min *(voir p. 155/156)*
- Enlever la peau et les découper en petits morceaux de 3 cm de côté environ.
- Les assaisonner et les réserver en enceinte réfrigérée.
- Concasser et faire dégorger les arêtes.

7. Réaliser le fumet de poisson - 15 min *(voir p. 266/268)*

8. Réaliser la farce mousseline - 15 min *(voir p. 325/327)*
- Ajouter la moitié de la brunoise de légumes bien égouttée et la moitié de la brunoise de champignons.
- Mélanger délicatement à l'aide d'une spatule en bois et vérifier l'assaisonnement.

9. Chemiser et garnir les ramequins - 10 min
- Beurrer les ramequins avec du beurre en pommade.
- Chemiser les fonds et les parois ou simplement les parois avec les rondelles de carottes et de courgettes cannelées en les intercalant.
- Garnir les ramequins avec la farce mousseline à l'aide d'une poche munie d'une grosse douille unie.
- Les tapoter délicatement pour faire descendre la farce uniformément au fond des moules.

10. Réaliser la sauce - 15 min
- Faire suer au beurre les échalotes ciselées.
- Déglacer avec le vin blanc et le faire réduire des 3/4.
- Ajouter le fumet de poisson et le faire réduire presqu'à glace.

11. Marquer les mousselines en cuisson - 10 min
- Les cuire à la vapeur sans pression ou au polycuiseur durant 12 à 14 min (selon l'épaisseur des ramequins).

12. Terminer la sauce - 15 min
- Ajouter la crème et réduire à nouveau jusqu'à la consistance nappante.
- Monter la sauce au beurre.
- La passer au chinois étamine et incorporer le reste des brunoises.

13. Dresser les mousselines de merlan - 10 min
- Les sortir du four et les laisser en attente durant quelques minutes pour qu'elles se stabilisent.
- Les démouler sur plat ou sur assiette.
- Les lustrer au beurre clarifié.
- Disposer un cordon de sauce tout autour, en répartissant les brunoises uniformément.
- Décorer avec quelques pluches de cerfeuil.


Mousseline de merlan arlequin

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 calotte moyenne
- 1 pilon
- 1 fouet à sauce
- 1 mixeur ou 1 hachoir à viande
- 1 grande calotte
- 1 tamis
- 1 mandoline
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 2 russes moyennes
- 8 ramequins ou 8 darioles
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- plats ronds plats
- saucières et dessous de saucières
- papier gaufré
  ou
- assiettes de base

PAUPIETTES DE MERLU AU NOILLY

1. Mettre en place le poste de travail

2. Habiller et fileter un merlu de 2,500 kg
- Dénerver les filets et les aplatir délicatement entre des feuilles de matière plastique alimentaire.

3. Réaliser un fumet avec les arêtes *(voir p. 266/268)*

4. Réaliser la farce mousseline *(voir p. 325/327)*
- Utiliser 0,250 kg de filet de merlan, un demi-blanc d'œuf et 0,15 l de crème fraîche.

5. Préparer les bâtonnets de légumes
- Tailler 0,200 kg de carottes, 0,200 kg de vert de courgettes et 0,200 kg de poivrons rouges épluchés à l'économe, en bâtonnets de 3 mm de section carrée sur 5 à 6 cm de longueur.
- Cuire séparément les bâtonnets de légumes à l'anglaise, les rafraîchir et les égoutter soigneusement sur du papier absorbant.

6. Confectionner les paupiettes de merlu
- Masquer les filets assaisonnés (la face la plus blanche au dessous) avec la farce mousseline.
- Disposer les bâtonnets de légumes en intercalant les couleurs.
- Rouler les paupiettes et les maintenir en les enroulant dans un film en matière plastique alimentaire.

7. Réaliser une sauce au Noilly
- Procéder comme pour la recette de base, en remplaçant le vin blanc par du Noilly.

8. Marquer les paupiettes en cuisson
- Les cuire au polycuiseur de 8 à 10 min. Les laisser reposer 5 min, puis les escaloper au moment du service.

9. Dresser les paupiettes
- Napper les assiettes de sauce au Noilly.
- Disposer 3 ou 4 tranches de paupiette au centre.
- Servir avec par exemple des bouquets de brocoli, des pommes à l'anglaise ou des tomates étuvées.
- Décorer avec un fleuron.

PLATS SIMILAIRES

Enroulades de sole et de saumon aux langoustines, beurre au cresson *(voir p. 328)*

- Enrober les queues de langoustines sautées à l'huile d'olive dans des feuilles d'épinards blanchies.
- Les déposer sur les filets de sole assaisonnés et masqués de farce mousseline.
- Rouler, maintenir avec un film alimentaire et cuire à la vapeur sans pression.
- Réaliser une sauce vin blanc par réduction et y ajouter du coagulat de chlorophylle de cresson.
- Décorer avec des feuilles de cresson blanchies.

Paupiettes de sole cingalaise

- Masquer les filets de sole de farce mousseline et les replier en deux.
- Pocher les paupiettes au court-mouillement.
- Parer les paupiettes et les dresser en couronne sur un grand plat rond.
- Garnir le centre du plat avec du riz pilaf additionné d'une julienne de poivrons rouges et verts.
- Napper les filets de sole de sauce vin blanc au curry réalisée à partir de la cuisson réduite.


Paupiettes de merlu au Noilly



TRUITES AU RIESLING

Truites pochées à court-mouillement dans un fumet de poisson et du riesling. La sauce est obtenue à partir du liquide de cuisson réduit à glace, crémé et monté au beurre. Chaque truite est servie avec une tête de champignon tournée et un fleuron.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes vapeur, à l'anglaise, petits légumes glacés, riz pilaf, tagliatelles vertes et rouges.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- truites portion (8 x 0,250 kg)	kg	2		
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- riesling	l	0,20		
Fumet de poisson				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- oignons	kg	0,080		
- carottes (facultatif)	kg	0,080		
- arêtes de poissons	kg	0,800		
- parures de champignons	kg	PM		
- bouquet garni	pièce	1		
- riesling	l	0,10		
- poivre en grains	kg	PM		
Garnitures				
Fleurons				
- rognures de feuilletage	kg	0,160		
- farine	kg	PM		
- œuf (dorure)	pièce	PM		
Champignons tournés				
- champignons à tourner, très blancs et fermes (8 x 0,020 à 0,025 kg)	kg	0,160 à 0,200		
- citron (1 pièce)	kg	0,100		
- beurre	kg	0,020		
Truffe entière (facultatif) (8 lamelles)	kg	0,020		
Finition de la sauce				
- crème	l	0,40		
- beurre	kg	0,100		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 55 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES TRUITES :			*6 à 8 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller les truites - 30 min *(voir p. 155/156)*
- Les égoutter soigneusement et les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Préparer la garniture aromatique et réaliser le fumet de poisson - 20 min *(voir p. 266/268)*

4. Préparer la garniture des truites - 25 min
- Abaisser la pâte feuilletée à 3 mm d'épaisseur.
- Détailler les fleurons.
- Dorer et marquer en cuisson au four à 220/230 °C pendant 8 à 10 min.
- Débarrasser les fleurons sur une grille à pâtisserie.
- Eplucher, tourner, laver et citronner les têtes des champignons.
- Les marquer en cuisson dans un peu d'eau bouillante salée, beurrée et citronnée, pendant 5 à 6 min. Les réserver dans la cuisson.
- Parer et détailler la truffe en 8 tranches régulières ; les réserver dans un peu de jus de truffe.

5. Plaquer et marquer les truites en cuisson - 15 min *(voir p. 412/414)*
- Beurrer une plaque à poisson à l'aide d'un pinceau.
- Saler, poivrer et parsemer d'échalotes ciselées.
- Plaquer les truites dans le sens de la diagonale du plat, la tête vers l'extrémité du plat et à gauche, le ventre de la truite vers soi.
- Ajouter le riesling.
- Mouiller avec le fumet refroidi.
- Recouvrir d'une feuille de papier sulfurisé beurrée.
- Démarrer la cuisson sur le feu et la terminer au four à 170/180 °C durant 6 à 8 min.

6. Réaliser la sauce - 10 min *(voir p. 269/270)*
- S'assurer de la cuisson des truites.
- Verser la cuisson dans une grande sauteuse et la réduire presqu'à glace. Ajouter un peu de la cuisson des champignons puis la crème et réduire à nouveau (la réduction doit recouvrir le dos d'une cuillère d'une pellicule adhérente et brillante).
- Hors du feu, monter la sauce au beurre en l'émulsionnant à l'aide d'un petit fouet.
- Vérifier l'assaisonnement (la sauce peut être passée au chinois étamine).

7. Dépouiller les truites - 5 min

8. Dresser les truites au riesling - 5 min
- Disposer les truites dans le plat de service dans le sens de la diagonale, la tête vers l'extrémité du plat et à gauche, le ventre des truites vers soi.
- Placer sur chaque truite une tête de champignon tourné.
- Chauffer le plat au four, si nécessaire.
- Napper uniformément de sauce, et veiller à ne pas recouvrir les têtes des truites.
- Essuyer le bord du plat.
- Disposer une lamelle de truffe sur, ou à côté, de chaque tête de champignon.
- Disposer les fleurons, et placer le plat sur un dessous de plat recouvert d'un papier gaufré.



Truites au riesling

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte
- 1 petite calotte
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine
- 1 petit bain-marie
- 1 petite grille à pâtisserie
- 1 emporte-pièce à fleurons
- 1 paire de ciseaux à poisson

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne
- 1 sauteuse moyenne
- 1 petite sauteuse
- 1 plaque à pâtisserie
- 1 grande plaque à poisson ovale

Matériel de dressage :

- plaques à poissons ovales (bi-métal) ou plats sabots
- dessous de plats ovales
- papier gaufré

TRUITES SOUFFLÉES AU RIESLING

1. Mettre en place le poste de travail

2. Habiller 8 truites de 0,250 kg chacune et les désarêter par le dos *(voir p. 155/158)*

3. Réaliser un fumet de poisson *(voir p. 266/268)*

4. Réaliser la farce mousseline *(voir p. 325 à 327)*

- Utiliser 0,400 kg de filet de colin paré, 1 blanc d'œuf et 0,30 l de crème fleurette.

5. Farcir les truites

- Recouvrir le plan de travail d'un film en plastique alimentaire. Déposer les truites toutes dans le même sens et les ouvrir.
- Bien les éponger et les assaisonner.
- Les farcir à l'aide d'une poche munie d'une grosse douille cannelée.
- Refermer les truites.

6. Plaquer et marquer les truites en cuisson

- Beurrer, saler, poivrer et parsemer une plaque à poisson d'échalotes ciselées.
- Déposer délicatement les truites dans le sens de la diagonale, la tête en haut du plat, à gauche, le ventre vers soi.
- Mouiller avec le riesling et le fumet de poisson refroidi.
- Démarrer la cuisson sur le fourneau.
- Couvrir avec une feuille de papier sulfurisé beurré.
- Terminer la cuisson au four à 160/170 °C durant 8 à 10 min environ.

7. Réaliser la sauce
(voir «Truites au riesling»)

8. Dépouiller les truites

- Inciser la peau en diagonale sous la tête et à 3 cm environ de la queue.
- Oter toute la peau de la partie ventrale.

9. Dresser les truites soufflées au riesling

- Disposer les truites dans les plats de service.
- Chauffer les plats au four si nécessaire.
- Napper uniformément la partie ventrale des truites (ne pas napper les parties non dépouillées, tête et queue).
- Disposer les lamelles de truffe et les fleurons, comme pour les truites au riesling.

PLATS SIMILAIRES

Truites soufflées à la hussarde

- Truites désarêtées par le dos et garnies de farce mousseline additionnée d'oignons ciselés, blanchis et étuvés au beurre.
- Pocher au court-mouillement sur un lit d'oignons ciselés et également étuvés au beurre.
- Réaliser la sauce vin blanc à glacer, par réduction. Passer au chinois, napper et glacer.

Truites soufflées Montgolfier

- Truites saumonées désarêtées par le dos et garnies de farce mousseline truffée.
- Pocher à court-mouillement, dépouiller, garnir d'escalopes de homards cuits au court-bouillon et de têtes de champignons tournées.
- Napper de sauce vin blanc et disposer une lamelle de truffe sur chaque truite.



Truite soufflée au riesling



FILETS DE SOLE BONNE-FEMME

Filets de sole pochés à court-mouillement avec des échalotes ciselées, des champignons émincés, du persil haché, du fumet de poisson et du vin blanc. La sauce est réalisée à partir de la réduction de la cuisson, crémée et montée au beurre. La préparation est glacée sous la salamandre.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes vapeur à l'anglaise, riz créole, pilaf aux champignons, tagliatelles au beurre.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- soles filets (4 x 0,500 kg à 0,600 kg)	kg	2 à 2,400		
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- champignons de Paris	kg	0,200		
- persil	kg	0,040		
- vin blanc	l	0,10		
Fumet				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- oignons	kg	0,080		
- carottes (facultatif)	kg	0,080		
- arêtes de sole	kg	PM		
- parures de champignons	kg	PM		
- bouquet garni	pièce	1		
- poivre en grains	kg	PM		
Finition				
- crème	l	0,40		
- beurre	kg	0,140		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 40 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES FILETS DE SOLE :			*5 à 6 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller les soles et lever les filets - 30 min *(voir p. 165/168)*
- Concasser, rincer et mettre les arêtes à dégorger quelques minutes sous un filet d'eau froide.

3. Préparer la garniture aromatique et réaliser le fumet de sole - 20 min *(voir p. 266/268)*
- Eplucher, laver et émincer finement les carottes, les oignons et la moitié des échalotes.
- Laver et équeuter le persil. Confectionner le bouquet garni.
- Rincer et égoutter soigneusement les arêtes.
- Faire fondre le beurre dans une russe.
- Faire suer sans coloration la garniture aromatique.
- Ajouter les arêtes et faire suer à nouveau légèrement.
- Mouiller à hauteur des arêtes avec de l'eau froide.
- Ajouter les parures de champignons et le bouquet garni.
- Cuire à très faible ébullition pendant 20 à 25 min, en écumant si nécessaire.
- Ajouter quelques grains de poivre écrasés et passer le fumet au chinois étamine sans fouler.
- Le refroidir le plus rapidement possible.

4. Plaquer les filets - 25 min *(voir p. 367/369)*
- Ciseler finement la 2ème moitié des échalotes. Concasser le persil en branches.
- Eplucher, laver soigneusement et émincer les champignons.
- Beurrer une plaque à poisson à l'aide d'un pinceau.
- Saler, poivrer et parsemer d'échalotes ciselées.
- Ajouter le persil concassé et les champignons émincés.
- Inciser et aplatir les filets de sole entre deux feuilles de papier plastifié, à l'aide d'un gros couteau ou d'une batte à côtelettes.
- Plaquer les filets en longueur, éventuellement les plier en deux suivant leur grosseur (côté auquel adhérait la peau sur la garniture).
- Ajouter le vin blanc.
- Mouiller avec le fumet refroidi.
- Recouvrir d'une feuille de papier sulfurisé beurrée.

5. Marquer les filets de sole en cuisson - 2 min
- Démarrer la cuisson sur le feu et la terminer au four à 170/180 °C pendant 5 à 6 min.

6. Réaliser la sauce - 10 min *(voir p. 369/372)*
- S'assurer de la cuisson des filets.
- Verser la cuisson dans une sauteuse et la réduire presqu'à glace.
- Ajouter la crème et réduire à nouveau (la réduction doit recouvrir le dos d'une cuillère d'une pellicule adhérente et brillante).
- Hors du feu, monter la sauce au beurre, en l'émulsionnant à l'aide d'un petit fouet.
- Vérifier l'assaisonnement (la sauce peut être acidulée avec quelques gouttes de jus de citron).

7. Dresser les filets de sole - 8 min
- Disposer les filets bien égouttés et la garniture dans une plaque à poisson bi-métal, ou à défaut, dans un plat sabot.
- Napper uniformément.
- Glacer vivement sous la salamandre.
- Disposer le plat sur un dessous de plat recouvert d'un papier gaufré.

__REMARQUES__ (d'autres techniques sont fréquemment rencontrées) :
- *Liaison de la sauce à l'aide d'un velouté de poisson ou de beurre manié.*
- *Glaçage pouvant être favorisé en diminuant la quantité de beurre de finition et en ajoutant un peu de sauce hollandaise ou de crème fouettée.*



Filets de sole bonne-femme

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 bahut
- 1 petit bain-marie
- 1 paire de ciseaux à poisson
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine
- 1 petit fouet à sauce

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne
- 1 grande sauteuse
- 1 grande plaque à poisson ovale

Matériel de dressage :

- plaques à poissons ovales (bi-métal) ou plats sabots
- dessous de plats ovales

FILETS DE SOLE MARGUERY

1. Mettre en place le poste de travail

2. Habiller 4 soles filets de 0,500 kg à 0,600 kg chacune

3. Lever les filets de sole *(voir p. 165/168)*

4. Préparer la garniture aromatique et réaliser le fumet de sole *(voir «Filets de sole bonne-femme»)*

5. Préparer la garniture Marguery

- Gratter, nettoyer et laver soigneusement 0,800 kg de moules de bouchots sans les laisser tremper.
- Les ouvrir selon la méthode des moules marinière, avec 0,040 kg d'échalotes ciselées, 0,020 kg de beurre, 0,020 kg de persil haché et 0,10 l de vin blanc.
- Détailler 0,200 kg de rognures de feuilletage en 8 fleurons.
- Les dorer et les cuire dans un four à pâtisserie à 230/240 °C durant 8 à 10 min environ. Les débarrasser sur grille.
- Egoutter et rincer 0,160 kg de crevettes décortiquées.
- Décortiquer et ébarber les moules.
- Décanter la cuisson et la filtrer soigneusement. Réserver les moules décortiquées dans un peu de cuisson.

6. Plaquer les filets de sole

- Beurrer la plaque de cuisson, saler, poivrer et ajouter 0,040 kg d'échalotes ciselées.
- Plaquer les filets en longueur (ou éventuellement les plier en deux suivant leur grosseur).
- Les disposer côté auquel adhérait la peau au-dessous (côté blanc qui portait l'arête sur le dessus).
- Mouiller avec le vin blanc, le fumet refroidi et un peu de la cuisson des moules.

7. Marquer les filets de sole en cuisson

- Démarrer la cuisson sur le fourneau.
- Couvrir d'une feuille de papier sulfurisé beurrée.
- Terminer la cuisson au four à 170/180 °C durant quelques minutes.

8. Réaliser la sauce par réduction
(voir «Filets de sole bonne-femme»)

9. Dresser les filets de sole Marguery et les glacer

- Disposer les filets de sole dans le plat de service, dans le sens de la diagonale.
- Répartir soigneusement la garniture réchauffée dans un peu de fumet tout autour des filets.
- Napper uniformément et glacer sous la salamandre.
- Disposer les fleurons.

PLATS SIMILAIRES

Filets de poisson Bercy

- Pocher les filets de poisson à court-mouillement avec fumet, vin blanc, échalotes ciselées et persil haché. Réduire la cuisson. Monter au beurre et ajouter quelques gouttes de jus de citron. Napper et glacer.

Filets de sole Polignac

- Plier les filets et les pocher à court-mouillement avec vin blanc, fumet et cuisson de champignons. Napper de sauce vin blanc additionnée d'une julienne de champignons et de truffes. Glacer sous la salamandre.

Filets de sole d'Antin

- «Filets de sole bonne-femme» avec tomates mondées, épépinées et concassées.

Filets de sole Véronique

- Plier les filets et les pocher à court-mouillement avec fumet, vin blanc, curaçao et quelques gouttes de jus de citron. Réduire la cuisson et la monter au beurre. Dresser en couronne, napper et glacer. Garnir de grains de raisin (Muscat) mondés et épépinés.

Filets de poisson florentine

- Dresser les filets de poisson pochés à court-mouillement sur un lit d'épinards sautés au beurre noisette. Napper de sauce vin blanc crémée et glacer sous la salamandre.



Filets de sole Marguery



FILETS DE SOLE DIEPPOISE

Filets de sole pochés à court-mouillement dans du fumet de poisson et du vin blanc, servis avec une garniture de queues de crevettes, moules ébarbées et champignons tournés. La sauce est réalisée avec le liquide de cuisson réduit à glace, crèmé et monté au beurre.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes vapeur à l'anglaise, riz créole, pilaf aux crevettes, tagliatelles au beurre.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- soles filets (4 x 0,500 kg à 0,600 kg)	kg	2 à 2,400		
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- vin blanc	l	0,10		
Fumet de sole				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- oignons	kg	0,080		
- carottes (facultatif)	kg	0,080		
- arêtes de sole	kg	PM		
- bouquet garni	pièce	1		
- parures de champignons	kg	PM		
- poivre en grains	kg	PM		
Garniture				
- crevettes décortiquées	kg	0,160		
- moules de bouchots	kg	0,800		
- beurre	kg	0,020		
- échalotes	kg	0,040		
- vin blanc	l	0,10		
- persil	kg	0,020		
- champignons de Paris à tourner (8 têtes de 0,020 à 0,025 kg)	kg	0,160 à 0,180		
- beurre	kg	0,020		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
Finition				
- crème	l	0,40		
- beurre	kg	0,100		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 50 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES FILETS DE SOLE :			*5 à 6 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller les soles et lever les filets - 30 min *(voir p. 165/168)*
- Concasser, rincer et mettre les arêtes à dégorger quelques minutes sous un filet d'eau froide.

3. Préparer la garniture aromatique et réaliser le fumet de sole - 15 min *(voir p. 266/268 et fiche précédente «Filets de sole bonne-femme»)*

4. Préparer la garniture dieppoise - 25 min
- Gratter, nettoyer et laver soigneusement les moules (ne pas les laisser tremper).
- Ciseler finement le reste des échalotes.
- Marquer les moules en cuisson suivant la méthode «Moules marinière» *(voir fiche n° 69, p. 762/763).*
- Eplucher, tourner, laver et citronner les champignons.
- Les marquer en cuisson dans un peu d'eau bouillante salée, beurrée et citronnée pendant 5 à 6 min (couvrir d'un papier sulfurisé pendant la cuisson).
- Egoutter, décortiquer et ébarber les moules.
- Décanter et filtrer soigneusement la cuisson.
- Réserver les moules dans un peu de cuisson.
- Débarrasser et réserver les champignons dans leur cuisson.

5. Plaquer et marquer les filets de sole en cuisson - 15 min
- Beurrer une plaque à poisson à l'aide d'un pinceau.
- Saler, poivrer et parsemer d'échalotes ciselées.
- Inciser et aplatir les filets entre deux feuilles de papier plastifié, à l'aide d'un gros couteau ou d'une batte à côtelettes.
- Plaquer les filets en longueur, ou éventuellement les plier en deux suivant leur grosseur (le côté sur lequel adhérait la peau au-dessous).
- Ajouter le vin blanc.
- Mouiller avec le fumet de poisson refroidi, la cuisson des moules et un peu de cuisson des champignons.
- Recouvrir d'une feuille de papier sulfurisé beurrée.
- Démarrer la cuisson sur le feu et la terminer au four à 170/180 °C pendant 5 à 6 min.

6. Réaliser la sauce vin blanc par réduction - 10 min
(voir p. 369/370)
- Vérifier l'assaisonnement (la sauce peut être acidulée avec quelques gouttes de jus de citron).

7. Dresser les filets de sole dieppoise - 5 min
- Réunir dans une petite sauteuse les moules et les crevettes.
- Ajouter un peu de cuisson des moules et chauffer lentement sans bouillir.
- Disposer les filets dans le plat de service dans le sens de la diagonale.
- Répartir régulièrement la garniture soigneusement égouttée tout autour des filets.
- Placer sur chaque portion une tête de champignon tournée.
- Chauffer le plat au four si nécessaire.
- Napper uniformément les filets ainsi que la garniture.
- Essuyer le bord du plat et le placer sur un dessous de plat recouvert d'un papier gaufré.



Filets de sole dieppoise

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 bahut
- 1 petit bain-marie
- 1 paire de ciseaux à poisson
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine
- 1 petit fouet à sauce

Matériel de cuisson :

- 1 petite russe
- 1 grande sauteuse
- 1 grande plaque à poisson ovale
- 1 russe moyenne

Matériel de dressage :

- plaques à poissons ovales (bi-métal) ou plats sabots
- dessous de plats ovales

SUPRÊMES DE POISSON À LA JULIENNE DE LÉGUMES ET AU SAFRAN (barbue, turbot, Saint-Pierre, cabillaud, lieu jaune, julienne, ...)

1. Mettre en place le poste de travail

2. Escaloper les filets à raison de 0,140 à 0,150 kg par portion

- Réserver les suprêmes en enceinte réfrigérée.

3. Réaliser un fumet de poisson

- En collectivité, il est possible d'utiliser un fumet de poisson de fabrication industrielle.

4. Préparer la julienne de légumes

- Eplucher et laver 0,150 kg de carottes, 0,150 kg de blancs de poireaux. 0,150 kg de champignons très blancs, 0,050 kg de céleri en branches, et quelques lanières de peau de courgettes.
- Tailler tous les légumes en julienne (les champignons doivent être taillés légèrement plus gros que les autres légumes car ils diminuent à la cuisson).

5. Etuver la julienne de légumes

- Faire suer au beurre les carottes, les blancs de poireaux et le céleri.
- Assaisonner, ajouter une pincée de sucre et 0,05 l de fumet de poisson.
- Couvrir hermétiquement la sauteuse avec une feuille de papier sulfurisé et un couvercle.
- Etuver les légumes très lentement sur le côté du fourneau.
- A mi-cuisson, ajouter la julienne de champignons citronnée.
- Plonger la julienne de vert de courgettes dans de l'eau bouillante et la rafraîchir immédiatement dans de l'eau glacée. L'égoutter délicatement sur du papier absorbant (la cuisson à l'anglaise permet de fixer la couleur verte de la julienne de courgettes).

6. Confectionner 8 fleurons en rognures de feuilletage

7. Plaquer les suprêmes de poisson et les marquer en cuisson

- Beurrer, saler, poivrer une plaque à poissons, la parsemer d'échalotes ciselées.
- Ranger les suprêmes en les chevauchant légèrement.
- Mouiller avec 0,10 l de vin blanc ou de vermouth et 0,50 l de fumet de poisson.
- Démarrer la cuisson sur la plaque du fourneau.
- Couvrir la plaque d'une feuille de papier sulfurisé beurrée.
- Cuire au four à 170/180 °C durant 6 à 8 min, suivant l'épaisseur des filets.

8. Réaliser la sauce vin blanc

- S'assurer de la cuisson des suprêmes.
- Transvaser la cuisson dans une grande sauteuse.
- La réduire presqu'à glace et ajouter 0,30 l de crème.
- Réduire à nouveau jusqu'à la consistance nappante.
- Ajouter quelques filaments de safran et monter la sauce avec 0,100 kg de beurre.
- Ajouter un peu de sauce à la julienne de légumes et vérifier l'assaisonnement.

9. Dresser les suprêmes de poisson

- Disposer un petit bouquet de garniture sur les assiettes ou sur le plat beurré. Placer un filet de poisson sur la garniture, la face qui était en contact avec l'arête sur le dessus.
- Napper uniformément avec le reste de la sauce et disposer les fleurons et quelques pluches de cerfeuil.

PLATS SIMILAIRES

Filets de sole cancalaise

- Pocher les filets de sole à court-mouillement avec fumet de sole, cuisson de champignons, cuisson d'huîtres pochées.
- Réduire, crémer et monter au beurre.
- Garnir de queues de crevettes décortiquées et d'huîtres pochées et ébarbées.

Filets de sole fécampoise

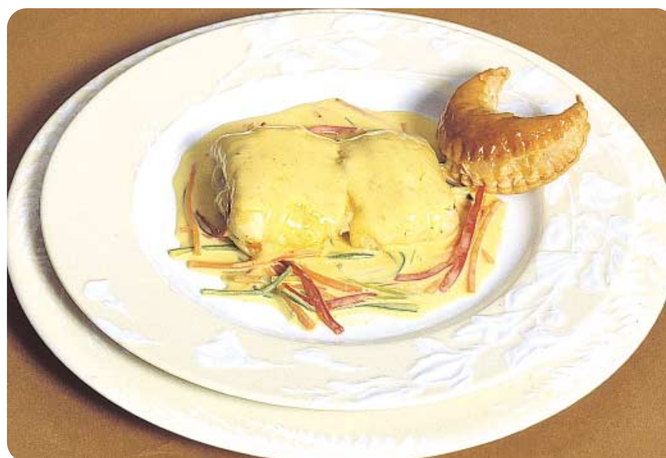
- Garnir les filets de sole de queues de langoustines décortiquées (ou moules ébarbées) et de dés de crevettes.
- Napper de sauce vin blanc montée au beurre de crevettes. Ajouter quelques fleurons.

Filets de sole havraise

- Napper les filets de sole avec la sauce vin blanc.
- Placer un bouquet de moules panées et frites à chaque extrémité du plat.

Feuilleté de sole «grand large»

- Garnir des feuilletés en forme de bateau ou de poisson d'un petit «ragoût» de filets de soles, de queues de langoustines, de coquilles Saint-Jacques, de crevettes, de moules et de champignons, liés à la sauce vin blanc montée au beurre rouge.



Suprêmes de poisson à la julienne de légumes et au safran



FILETS DE BARBUE DUGLÉRÉ

Filets de barbue pochés à court-mouillement avec du fumet de poisson, du vin blanc sur un lit de tomates concassées, d'oignons et d'échalotes ciselés, et de persil haché. La sauce est obtenue à partir de la réduction du liquide de cuisson monté au beurre.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes vapeur à l'anglaise, riz créole, pilaf, tagliatelles vertes et rouges ou aux herbes.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- barbue (1 pièce)	kg	2,400 à 2,800		
ou				
- 2 pièces de 1,600 kg (1)	kg	3,200		
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- oignons	kg	0,080		
- tomates	kg	0,800		
- persil	kg	0,040		
- vin blanc	l	0,10		
Fumet de barbue				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- oignons	kg	0,080		
- carottes (facultatif)	kg	0,080		
- arêtes de barbue	kg	PM		
- parures de champignons	kg	PM		
- bouquet garni	pièce	1		
- poivre en grains	kg	PM		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
(1) Le pourcentage de perte est plus important dans le cas de l'utilisation de deux petites pièces de barbue.				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 20 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES FILETS :			***5 à 6 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller la ou les barbues - 10 min *(voir p. 171)*
- Ebarber, éliminer les ouïes, vider, dégorger à l'eau courante durant quelques minutes.
- Egoutter et éponger soigneusement.

3. Lever les filets de barbue - 15 min *(voir p. 174/175)*
- Lever les filets et éliminer la peau.
- Les parer. Réserver les «franges» pour une autre utilisation.
- Régulariser l'épaisseur des filets en les aplatissant très légèrement.
- Escaloper les filets à raison de 0,140/0,150 kg par personne, et réserver en enceinte réfrigérée.
- Concasser, rincer la tête et les arêtes et les mettre à dégorger quelques minutes sous un filet d'eau.

4. Préparer la garniture aromatique et réaliser le fumet de poisson - 20 min *(voir p. 266/268)*

5. Plaquer les filets de barbue - 15 min *(voir p. 367/370)*
- Ciseler finement la 2ème moitié des échalotes et des oignons.
- Concasser le persil en branches.
- Monder, épépiner et concasser les tomates.
- Beurrer une plaque à poisson à l'aide d'un pinceau.
- Saler et poivrer.
- Parsemer d'échalotes et d'oignons ciselés, et de persil concassé.
- Ajouter les tomates concassées.
- Disposer les filets de barbue sur la garniture, le côté auquel adhérait la peau au-dessous, le côté le plus blanc dessus.

6. Marquer les filets de barbue en cuisson - 5 min
- Ajouter le vin blanc dans la plaque de cuisson.
- Mouiller avec le fumet refroidi.
- Recouvrir d'une feuille de papier sulfurisé beurrée.
- Démarrer la cuisson sur le feu et la terminer au four à 170/180 °C durant 5 à 6 min.

7. Réaliser la sauce - 10 min
- S'assurer de la cuisson des filets.
- Verser la cuisson dans une grande sauteuse et la réduire presqu'à glace (éviter de travailler la réduction au fouet, les tomates risqueraient de rougir la sauce).
- Hors du feu, monter la sauce au beurre.
- Vérifier l'assaisonnement.

8. Dresser les filets de barbue Dugléré - 5 min
- Disposer les filets dans le plat de service, en les chevauchant légèrement.
- Répartir tout autour le reste de la garniture soigneusement égouttée.
- Chauffer le plat au four si nécessaire.
- Napper uniformément et essuyer le bord du plat.



Filets de barbue Dugléré

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 bahut
- 1 petit bain-marie
- 1 paire de ciseaux à poisson
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine
- 1 petit fouet à sauce

Matériel de cuisson :

- 2 russes moyennes
- 1 grande sauteuse
- 1 grande plaque à poisson ovale

Matériel de dressage :

- plaques à poissons ovales (bi-métal) ou plats sabots
- dessous de plats ovales

SUPRÊMES DE BARBUE SOUFFLÉS CONDORCET

1. Mettre en place le poste de travail
- Habiller une barbue de 2,200 kg à 2,400 kg *(voir p. 171)*

2. Lever les filets *(voir p. 174/175)*
- Les parer. Oter toutes les petites arêtes et la peau, puis les escaloper à raison de 0,120 kg à 0,140 kg par personne.

3. Réaliser la farce mousseline *(voir p. 325/327)*
- Réaliser une farce mousseline avec 0,200 kg de filet de colin paré, un demi-blanc d'œuf et 0,20 l de crème fleurette.

4. Préparer la garniture
- Monder 8 petites tomates «garniture» de 3,5 à 4 cm de diamètre.
- Les détailler en tranches régulières, les assaisonner et les dégorger.
- Laver, canneler 0,400 kg de concombre de 3,5 à 4 cm de diamètre (à défaut, utiliser des courgettes).
- Les émincer en rondelles régulières de 2 mm d'épaisseur.
- Les blanchir durant une vingtaine de secondes à l'eau bouillante, les rafraîchir à l'eau glacée et les égoutter soigneusement sur du papier absorbant. Les assaisonner.

5. Réaliser le montage des suprêmes de barbue
- Disposer les suprêmes sur le plan de travail recouvert d'un film alimentaire.
- Les assaisonner, puis les masquer d'une fine couche de farce mousseline à l'aide d'une poche munie d'une douille plate (à bûche, par exemple).
- Disposer les lamelles de tomates et de concombres «en écailles» en les intercalant.

6. Plaquer les suprêmes de barbue et les marquer en cuisson
- Beurrer, saler, poivrer une plaque à poisson, la parsemer d'échalotes ciselées.
- Y disposer délicatement les suprêmes de barbue.
- Mouiller avec 0,10 l de vin blanc et 0,50 l de fumet de poisson.
- Démarrer la cuisson sur le fourneau, couvrir la plaque avec une feuille de papier sulfurisé beurrée, et terminer la cuisson au four à 170/180 °C durant une dizaine de minutes (la cuisson peut être réalisée à la vapeur ou dans un polycuiseur, dans ce cas la sauce est réalisée à part).

7. Réaliser la sauce
- S'assurer de la cuisson de suprêmes de barbue.
- Verser la cuisson dans une sauteuse et la faire réduire presqu'à glace.
- Ajouter 0,30 l de crème et réduire à nouveau.
- Monter la réduction avec 0,100 kg de beurre découpé en petites parcelles.

8. Dresser les suprêmes de barbue
- Napper le fond du plat ou les assiettes avec la sauce vin blanc.
- Disposer les suprêmes de barbue et les lustrer au beurre clarifié. Décorer avec quelques pluches de cerfeuil.

PLATS SIMILAIRES

Filets de poisson arlésienne

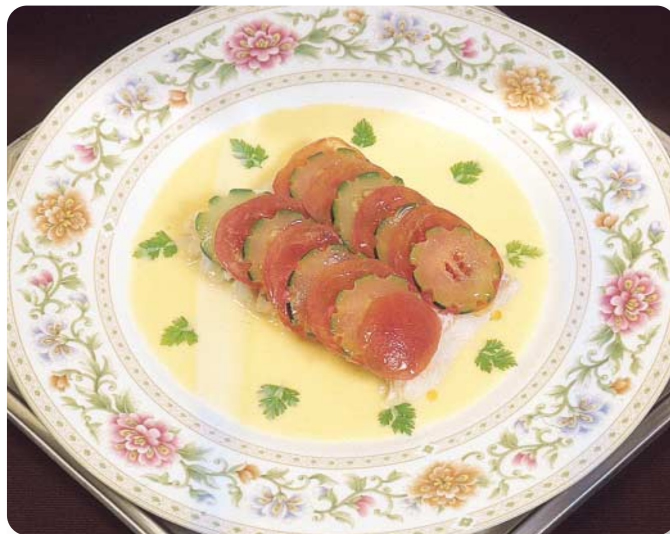
- Plaquer les filets sur un lit d'oignons ciselés, sués au beurre, tomates concassées, ail haché et persil concassé.
- Mouiller avec le fumet de poisson. Réduire la cuisson et monter au beurre.
- Garnir de courgettes tournées et étuvées et de rondelles d'oignons frites.

Filets de poisson portugaise

- Filets de poisson Dugléré avec des champignons émincés (ils peuvent éventuellement être glacés, dans ce cas voir «Filets de sole d'Antin»).

Filets de poisson hongroise

- Filets de poisson pliés, pochés à court-mouillement sur un lit d'oignons sués au beurre.
- Saupoudrer de paprika, déglacer avec le vin blanc, réduire.
- Ajouter des tomates concassées. Mouiller avec le fumet de poisson.
- Réduire la cuisson, monter au beurre, napper. Ajouter des fleurons, éventuellement glacer.



Suprêmes de barbue soufflés Condorcet



LOTTE À L'AMÉRICAINE

Filet de lotte cuit dans du fumet de poisson et escalopé, servi avec une sauce relevée réalisée à partir de crustacés. **Suggestions de garnitures d'accompagnement :** riz créole, pilaf, riz pilaf et riz sauvage, rizotto au safran, fettucines à l'encre, tagliatelles aux herbes.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- queue de lotte	kg	2,400		
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
Fumet de poisson*				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- oignons	kg	0,080		
- carottes (facultatif)	kg	0,080		
- arêtes de poisson	kg	PM		
- cartilages de lotte	kg	PM		
- parures de champignons	kg	PM		
- bouquet garni	pièce	1		
- poivre en grains	kg	PM		
Sauce américaine				
- huile d'olive	l	0,02		
- beurre	kg	0,020		
- carapaces de crustacés	kg	0,800		
ou				
- étrilles et tourteaux	kg	0,800		
- carottes	kg	0,080		
- oignons	kg	0,080		
- échalotes	kg	0,040		
- cognac	l	0,04		
- vin blanc	l	0,08		
- tomates	kg	0,400		
- concentré de tomates	kg	0,040		
- ail (4 gousses)	kg	0,020		
- bouquet garni	pièce	1		
- estragon	botte	1/4		
Liaison de la sauce (roux blond ou beurre manié)				
- beurre	kg	0,040		
- farine	kg	0,040		
Finition				
- beurre	kg	0,040		
- estragon	botte	1/4		
- cerfeuil	botte	1/4		
- cognac	l	PM		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 35 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES FILETS DE LOTTE :			*18 à 22 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer la lotte - 10 min *(voir p. 164/165)*
- Dépouiller, dénerver, lever et parer les deux filets de lotte.
- Rincer et égoutter soigneusement les filets, puis les réserver en enceinte réfrigérée.
- Concasser, rincer et mettre les arêtes (cartilages) à dégorger durant quelques minutes sous un filet d'eau froide *(voir p. 164/165).*

3. Eplucher et laver tous les légumes des garnitures aromatiques - 10 min

4. Réaliser le fumet de poisson* - 10 min
Sa réalisation n'est pas indispensable, les arêtes peuvent être ajoutées directement dans la sauce américaine.

5. Réaliser la sauce américaine - 30 min *(voir p. 292/295)*
- Dégorger, laver, brosser les étrilles, puis les égoutter soigneusement.
- Tailler en fine brunoise les carottes et les oignons (en petits dés).
- Ciseler finement les échalotes et en réserver la moitié pour la cuisson de la lotte.
- Eliminer le germe et écraser les gousses d'ail.
- Concasser les tomates.
- Confectionner le bouquet garni.
- Chauffer fortement dans une grande sauteuse l'huile et le beurre.
- Ajouter les étrilles ou les carapaces de crustacés.
- Faire sauter vivement les carapaces jusqu'à ce qu'elles deviennent rouge vif.
- Dégraisser et ajouter la garniture aromatique.
- Faire suer doucement pendant quelques minutes.
- Flamber avec le cognac.
- Ajouter le vin blanc, puis le laisser réduire.
- Concasser et broyer les carapaces de crustacés ou les étrilles à l'aide d'un pilon.
- Mouiller avec le fumet de poisson (ou ajouter les arêtes).
- Ajouter les tomates concassées, le concentré de tomate, l'ail, le bouquet garni et l'estragon.
- Assaisonner avec le sel fin et le piment de Cayenne.
- Cuire à découvert pendant une trentaine de min, et écumer si nécessaire.

6. Marquer les filets de lotte en cuisson - 5 min
- Disposer les filets de lotte dans une plaque à poisson beurrée, salée, poivrée et parsemée d'échalotes ciselées.
- Mouiller avec un peu de fumet de poisson et recouvrir les filets avec une feuille de papier sulfurisé beurrée.
- Cuire à four doux (160/170 °C) pendant 18 à 22 minutes suivant l'épaisseur des filets.

7. Terminer la sauce américaine - 10 min
- Passer le fond de sauce au chinois en foulant fortement.
- Ajouter la cuisson de la lotte et laisser réduire l'ensemble de moitié.
- Lier la sauce soit avec un roux blond, soit avec un peu de beurre manié.
- Laisser cuire à nouveau pendant une dizaine de minutes.
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Passer la sauce au chinois étamine et la monter au beurre.
- Réserver la sauce américaine à couvert au bain-marie.

8. Dresser la lotte à l'américaine - 5 min
- Escaloper les filets de lotte, et disposer les tranches sur le plat de service, en les chevauchant légèrement.
- Napper uniformément, et parsemer de cerfeuil et d'estragon fraîchement hachés.



Lotte à l'américaine

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 pilon
- 1 chinois étamine
- 2 grandes calottes
- 1 planche à découper
- 1 chinois ordinaire
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :

- 1 rondeau plat ou 1 grande sauteuse
- 1 sauteuse moyenne
- 1 grande plaque à poisson ovale

Matériel de dressage :

- plaques à poissons ovales (bi-métal)
- dessous de plats ovales
- papier gaufré

MÉDAILLONS DE LOTTE NEW-BURG

1. Mettre en place le poste de travail

2. Préparer la lotte *(voir p. 164/165)*

- Dépouiller, dénerver, lever et parer les filets d'une lotte de 2,400 kg.
- Rincer les filets, et les réserver au froid.
- Concasser et faire dégorger les arêtes.

3. Confectionner un fumet de poisson
(voir «Lotte à l'américaine»)

4. Réaliser la sauce New-burg

- Réaliser la sauce américaine *(voir page précédente).*
- Flamber les carapaces avec le cognac et déglacer avec 0,20 l de marsala, puis le réduire avant de mouiller avec le fumet de poisson.

5 Pocher une queue de homard de 0,300 kg dans le fond d'américaine.

- La décortiquer et la réserver au chaud avec un peu de fond d'américaine et de marsala.

6. Marquer les filets de lotte en cuisson

- Les pocher à court-mouillement avec un peu de fumet.

7. Marquer un riz pilaf en cuisson *(voir p. 379/380)*

8. Terminer la sauce New-burg

- Passer la sauce au chinois ordinaire en foulant fortement.
- La lier avec du beurre manié.
- Ajouter 0,20 l de crème fleurette. Laisser réduire quelques minutes.
- Repasser au chinois étamine et réserver au bain-marie.

9. Dresser les médaillons de lotte New-burg

- Napper le fond des assiettes avec la sauce New-burg.
- Tailler les filets de lotte en médaillons réguliers. En dresser deux par assiette.
- Disposer le riz moulé sur le côté.
- Couper la queue de homard en fines tranches. Les disposer entre les médaillons de lotte.
- Disposer des fleurons et servir très chaud.

PLATS SIMILAIRES

Filets de sole à l'américaine

- Plier les filets de sole et les pocher à court-mouillement avec vin blanc et fumet de poisson.
- Les dresser en couronne sur un grand plat rond. Disposer une escalope de homard à l'américaine sur chaque filet.
- Napper uniformément avec la sauce américaine du homard.

Filets de sole Grimaldi

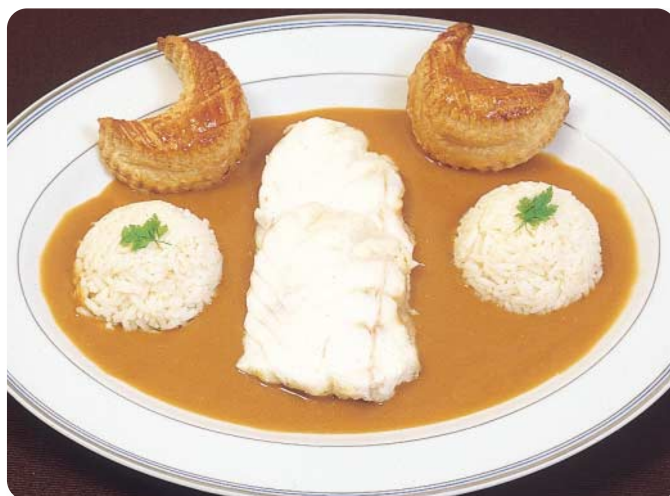
- Filets de sole pliés et dressés en couronne autour d'un dôme de spaghetti liés à la sauce Nantua fortement crémée, additionnés d'une brunoise de queues d'écrevisses et de truffes.
- Napper les filets de sole de sauce Nantua.
- Disposer une lame de truffe sur chaque filet de sole.

Filets de sole Beaumanoir

- Filets de sole pochés au court-mouillement.
- Napper moitié sauce vin blanc, moitié sauce américaine.
- Garnir d'huîtres pochées, ébarbées, enrobées de glace de poisson panées à l'anglaise et frites.
- Déposer une lame de truffe sur chaque filet de sole.

Filets de sole New-burg

- Filets de sole pochés au court-mouillement avec marsala ou madère et fumet de poisson.
- Napper de sauce américaine crémée, additionnée de la cuisson réduite des filets de sole.
- Garnir d'escalopes de homard New-burg.



Médaillons de lotte New-burg



SOLES ROUENNAISE

Soles cuites à court-mouillement avec du fumet de poisson au vin rouge et du vin rouge, servies avec une garniture d'huîtres pochées, moules ébarbées, queues de crevettes, têtes de champignons et éperlans frits. La sauce est réalisée à partir de la réduction à glace du liquide de cuisson monté au beurre.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes vapeur et à l'anglaise ; petits légumes glacés ; tagliatelles au beurre.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- soles portions (8 x 0,250 kg)	kg	2		
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- vin rouge	l	0,10		
Fumet de poisson au vin rouge	l	0,40		
Sauce espagnole maigre				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- oignons	kg	0,100		
- carottes	kg	0,100		
- parures de champignons	kg	PM		
- arêtes de poissons maigres	kg	0,800		
- vin rouge	l	0,50		
- fond brun de veau lié	l	0,50		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail (2 gousses)	kg	0,010		
- beurre	kg	0,020		
Garnitures				
- huîtres pleine mer M3	pièce	8		
- beurre	kg	0,020		
- échalotes	kg	0,020		
- fumet de poisson	l	0,10		
- vin blanc	l	0,05		
- moules de bouchots	kg	0,800		
- beurre	kg	0,020		
- échalotes	kg	0,040		
- persil	kg	0,020		
- vin blanc	l	0,10		
- crevettes décortiquées	kg	0,160		
- champignons à tourner (8 têtes de 0,020 kg à 0,025 kg)	kg	0,160 à 0,200		
- beurre	kg	0,020		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
- beurre	kg	0,020		
- éperlans (8 x 0,050 kg)	kg	0,400		
- farine	kg	0,050		
- beurre	kg	0,040		
Finition de la sauce				
- beurre	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			2 h	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES SOLES :			6 à 8 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1 Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2 Habiller les soles - 15 min
- Arracher la peau grise et écailler la peau blanche.
- Sectionner la tête en partant de la pointe des filets dorsaux en coupant en biais jusqu'à la base de la partie ventrale.
- Eliminer les parties sanguinolentes et faire dégorger les soles durant quelques minutes dans de l'eau glacée.
- Les éponger soigneusement et les réserver en enceinte réfrigérée.

3 Réaliser le fumet de poisson au vin rouge - 15 min *(voir p. 266/268)*
- Remplacer le vin blanc par du vin rouge.

4. Réaliser la sauce espagnole maigre - 15 min
- Eplucher, laver et émincer finement les oignons, les échalotes et les carottes.
- Les faire pincer au beurre dans une sauteuse avec une légère coloration.
- Ajouter les arêtes concassées, dégorgées et soigneusement égouttées.
- Placer la sauteuse dans un four très chaud durant quelques minutes pour saisir les arêtes.
- Déglacer avec le vin rouge et le réduire des 3/4.
- Ajouter le fond brun de veau lié, le bouquet garni et les gousses d'ail écrasées.
- Cuire lentement durant 30 min environ, dépouiller si nécessaire.
- Passer au chinois sans fouler, tamponner en surface et réserver à couvert au bain-marie.

5 Préparer la garniture - 40 min
- Ouvrir les moules selon la méthode «à la marinière» *(voir p. 762/763)*, les décortiquer et les ébarber. Les réserver dans leur cuisson.
- Ouvrir les huîtres et les pocher. Faire suer au beurre les échalotes ciselées, ajouter le jus des huîtres filtré et le vin blanc. Pocher les huîtres. Monter progressivement la température à 70 °C. Retirer le récipient du feu et finir de pocher hors du feu. Ebarber les huîtres. Les réserver dans leur cuisson.
- Tourner les champignons et les cuire à blanc dans un peu d'eau bouillante salée, citronnée et beurrée. Ne pas les égoutter.
- Egoutter et rincer les crevettes.
- Vider les éperlans et les réserver.

6 Marquer les soles en cuisson - 5 min
- Beurrer, saler, poivrer et parsemer d'échalotes hachées une plaque à poisson.
- Placer les soles dans le sens de la diagonale, peau blanche au-dessus.
- Ajouter le vin rouge et le fumet de poisson au vin rouge.
- Démarrer la cuisson sur le fourneau.
- Recouvrir d'une feuille de papier sulfurisé, beurrée.
- Terminer la cuisson au four à 170/180 °C durant 6 à 8 min environ.

7. Terminer la sauce - 5 min
- S'assurer de la cuisson des soles (en pressant légèrement avec le doigt la partie supérieure des soles, les filets doivent s'écarter de l'arête).
- Verser la cuisson dans une grande sauteuse et la réduire de moitié.
- Ajouter la sauce espagnole maigre et réduire en dépouillant si nécessaire.

8. Terminer la garniture - 10 min
- Chauffer les moules, les crevettes et les huîtres dans un peu de leur cuisson.
- Faire légèrement sauter au beurre les têtes de champignons tournés.
- Saler, fariner et faire sauter vivement les éperlans au beurre clarifié.

9. Terminer la sauce - 5 min
- S'assurer de sa consistance et de l'assaisonnement.
- La passer au chinois étamine et la monter au beurre (ne jamais travailler une sauce brune au fouet : elle risque de blanchir), la vanner.

10. Dresser les soles rouennaise - 5 min
- Ebarber et extraire l'extrémité de l'arête des soles.
- Les dresser en diagonale sur un grand torpilleur beurré.
- Répartir uniformément les huîtres, les moules et les crevettes.
- Napper soigneusement.
- Disposer harmonieusement les têtes de champignons tournés et les éperlans sautés.



Soles rouennaise

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 bahut
- 1 petit bain-marie
- 1 paire de ciseaux à poisson
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine
- 1 petit fouet à sauce

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne
- 1 grande sauteuse
- 1 grande plaque à poisson ovale

Matériel de dressage :

- plaques à poissons ovales (bi-métal) torpilleurs
- dessous de plats ovales
- papier gaufré

«ESTOUFFADE» DE TURBOT, FAÇON BOURGUIGNONNE (réalisable avec tous les poissons fermes : esturgeon, requin-taupe, ...)

1. Mettre en place le poste de travail

2. Habiller un turbot de 2,800 kg à 3 kg

- Lever les filets, les dépouiller et les détailler en cubes réguliers de 4 cm de côté.
- Les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Réaliser une sauce espagnole maigre avec les arêtes et la tête du turbot *(voir «soles rouennaise»)*

4 Préparer la garniture bourguignonne

- Glacer à brun 0,250 kg de petits oignons.
- Détailler 0,250 kg de poitrine demi-sel en lardons. Les blanchir et les faire sauter à l'huile sans les dessécher.
- Faire sauter 0,250 kg de champignons escalopés dans la graisse des lardons.
- Détailler 8 croûtons en dents de loup dans 0,160 kg de pain de mie. Les beurrer et les dorer sous la salamandre, puis les frotter avec une gousse d'ail.

5. Marquer l'estouffade en cuisson

- Saler, poivrer et fariner les morceaux de turbot. Bien les tapoter sur un tamis afin d'ôter l'excédent de farine.
- Les faire revenir vivement avec 0,080 kg de beurre légèrement noisette. Les morceaux doivent être colorés sur toutes les faces.
- Les débarrasser et les réserver.

6. Réaliser la sauce

- Dégraisser la sauteuse si nécessaire.
- Ajouter 0,040 kg d'échalotes ciselées et les faire suer durant quelques secondes.
- Déglacer avec 0,40 l de vin rouge de Bourgogne. Le réduire des 2/3.
- Ajouter 0,40 l de sauce espagnole maigre. Réduire sans fouetter, vanner uniquement. Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Passer la sauce au chinois étamine dans une autre sauteuse.
- Ajouter les morceaux de turbot, les champignons et les lardons.
- Laisser mijoter durant quelques minutes.
- Monter la sauce avec 0,040 kg de beurre.

7. Dresser «l'estouffade» de turbot

- Disposer les morceaux de turbot en dôme au centre de l'assiette.
- Répartir uniformément les champignons et les lardons.
- Napper soigneusement.
- Disposer délicatement les petits oignons glacés et les croûtons.
- Parsemer sans excès de persil haché.

PLATS SIMILAIRES

Soles marchand de vin

- Soles pochées à court-mouillement avec vin rouge, beurre et échalotes ciselées.
- Réduire la cuisson à glace avec un fumet au vin rouge ou une glace de poisson et une sauce espagnole maigre (facultatif).
- Monter la sauce au beurre et ajouter du persil haché.
- Napper les soles.

Soles au chambertin

- Soles pochées à court-mouillement avec beurre, échalotes ciselées, vin de Chambertin et glace de poisson.
- Réduire, lier au beurre manié et monter au beurre
- Napper les soles, glacer sous la salamandre et disposer aux extrémités du plat un bouquet de goujonnettes de soles sautées au beurre clarifié.

Filets de sole mâconnaise

- Filet de soles pochés à court-mouillement avec beurre, échalotes ciselées, vin rouge de Mâcon et fumet de poisson au vin rouge.
- Réduire la cuisson. Ajouter une sauce espagnole maigre et monter au beurre.
- Garnir de petits oignons glacés à brun, têtes de champignons tournés et croûtons (en cœur) frits au beurre clarifié.



Estouffade de turbot, façon bourguignonne



MATELOTE D'ANGUILLES, FAÇON BOURGUIGNONNE

Spécialité bourguignonne d'anguilles cuites en ragoût avec du vin rouge. Elle est garnie de petits oignons glacés à brun, de champignons sautés, de lardons et de croûtons frits.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes vapeur et à l'anglaise ; tagliatelles au beurre ; riz créole ou pilaf.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- anguilles vivantes (3 x 0,800 kg)	kg	2,400		
- beurre	kg	0,080		
Marinade (facultatif)				
- vin rouge (Passetoutgrain)	l	0,80		
- marc de Bourgogne ou cognac	l	0,04		
- échalotes	kg	0,040		
- oignons	kg	0,200		
- carottes (facultatif)	kg	0,100		
- ail (4 gousses)	kg	0,020		
- bouquet garni	pièce	1		
- poivre en grains	kg	PM		
Mouillement				
- marinade	l	PM		
- fumet de poisson	l	0,40		
Liaison				
Beurre manié				
- beurre	kg	0,030		
- farine	kg	0,030		
ou				
- sauce espagnole maigre	l	0,40		
Finition				
- beurre	kg	0,040		
- persil	kg	0,020		
Garniture				
- poitrine de porc demi-sel	kg	0,250		
- huile d'arachide	l	0,02		
- champignons de Paris	kg	0,250		
- petits oignons	kg	0,250		
- beurre	kg	0,020		
- sucre	kg	PM		
- pain de mie (4 tranches)	kg	0,160		
- beurre	kg	0,020		
- ail (2 gousses)	kg	0,010		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 45 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*15 à 20 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les anguilles - 15 min
- Les assommer, les saigner et les écorcher à vif (dépouiller).
- Suspendre les anguilles par la tête à l'aide d'une ficelle.
- Pratiquer une incision circulaire à la base de la tête et décoller la peau à l'aide d'un torchon en tirant vers le bas.
- Ebarber les anguilles. Ouvrir la partie ventrale et les vider.
- Faire dégorger les anguilles et les rincer soigneusement.

3. Détailler les anguilles en tronçons - 5 min
- Supprimer la tête et l'extrémité de la queue.
- Inciser légèrement le corps des anguilles en les quadrillant à l'aide d'un couteau éminceur (pour éviter la déformation des morceaux à la cuisson).
- Détailler en tronçons réguliers de 5 à 6 cm de longueur.

4. Préparer la garniture aromatique de la marinade - 10 min
- Eplucher, laver et émincer finement les oignons, les échalotes et éventuellement les carottes.
- Eplucher, laver et écraser les gousses d'ail.
- Confectionner un bouquet garni.

5. Mettre les morceaux d'anguilles à mariner - 5 min
(Ce n'est pas obligatoire, les morceaux d'anguilles peuvent être traités en matelote sans marinade préalable).
- Dans un récipient en acier inoxydable, réunir les tronçons d'anguilles, la garniture aromatique, le vin rouge, le marc de Bourgogne ou le cognac et le poivre en grains.
- Couvrir et réserver en enceinte réfrigérée durant 3 à 4 heures environ.

6. Réaliser le fumet de poisson - 15 min *(voir p. 266 à 268)*

7. Réaliser une sauce espagnole maigre (facultatif) - 15 min
(La sauce espagnole maigre n'est pas de rigueur dans cette recette, mais elle procure à la sauce de la matelote une liaison d'une plus grande finesse que le beurre manié - voir page précédente).

8. Préparer la garniture bourguignonne - 30 min
- Glacer à brun les petits oignons.
- Tailler la poitrine de porc en lardons, les blanchir et les faire sauter à l'huile sans les dessécher.
- Faire sauter les champignons escalopés dans la graisse de fonte des lardons.
- Tailler le pain de mie en forme de cœur.
- Beurrer les croûtons et les sécher au four ou sous la salamandre.
- Les frotter à l'ail.

9. Marquer la matelote en cuisson - 10 min
- Egoutter les tronçons d'anguilles et la garniture. Les éponger soigneusement.
- Les faire revenir au beurre avec une légère coloration (lorsque les morceaux d'anguilles ne sont pas marinés, ils peuvent être passés dans la farine).
- Ajouter la garniture aromatique et faire suer l'ensemble durant quelques minutes.
- Flamber avec le marc de Bourgogne ou le cognac.
- Ajouter le vin de la marinade et le laisser réduire des 2/3.
- Ajouter le fumet de poisson et le bouquet garni.
- Cuire à feu doux durant 15 à 20 min selon la taille des tronçons.

10. Terminer la matelote d'anguilles - 10 min
- S'assurer de la cuisson des morceaux et les décanter.
- Réduire la cuisson de moitié, et ajouter la sauce espagnole maigre. Réduire à nouveau en dépouillant et en vannant régulièrement (à défaut de sauce espagnole maigre, lier la sauce de la matelote avec le beurre manié).
- Passer la sauce sur les morceaux d'anguilles.
- Ajouter les lardons et les champignons.
- Laisser mijoter quelques minutes.
- Monter la sauce au beurre et vérifier l'assaisonnement.

11. Dresser la matelote - 5 min
- Répartir les morceaux dans un grand plat creux.
- Répartir uniformément les lardons, les champignons et les petits oignons.
- Napper soigneusement.
- Saupoudrer de persil haché, décorer avec les croûtons.


Matelote d'anguilles, façon bourguignonne

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 bahut
- 1 petit bain-marie
- 1 paire de ciseaux à poisson
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine
- 1 petit fouet à sauce

Matériel de cuisson :

- 2 grandes sauteuses ou 1 sauteuse et 1 petit rondeau
- 1 petite sauteuse
- 1 petite poêle ronde

Matériel de dressage :

- légumiers ou plats sabots
- dessous de plats
- papier gaufré

MATELOTE DE POISSONS À LA MARINIÈRE, FAÇON «POCHOUSE» DES BORDS DE L'YONNE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Habiller les poissons
- Habiller, tronçonner et faire dégorger 2,400 kg de poissons d'eau douce «à matelote» (anguilles, lottes de rivière, brochets, tanches, perches, avec une dominante en anguilles).

3. Marquer la matelote en cuisson
- Eponger soigneusement les morceaux.
- Les faire revenir vivement au beurre avec une légère coloration. Ajouter 0,100 kg d'échalotes et 0,200 kg d'oignons finement émincés.
- Faire suer durant quelques minutes et flamber avec 0,05 l de marc de Bourgogne ou de cognac.
- Débarrasser les poissons à chair tendre et les réserver. Ne laisser dans la sauteuse que les poissons à chair ferme.
- Mouiller avec 0,50 l de chablis. Le réduire des 2/3 et ajouter 0,50 l de fumet de poisson et un bouquet garni.
- Assaisonner et cuire à couvert à très faible ébullition durant 12 à 15 min.
- Ajouter progressivement les autres tronçons de poisson selon leur durée de cuisson.

4. Préparer la garniture
- Cuire à blanc 0,250 kg de champignons escalopés ou tournés.
- Glacer à blanc 0,250 kg de petits oignons.
- Pocher au court-bouillon 8 écrevisses troussées de 0,050 kg.
- Faire sauter au beurre clarifié 8 croûtons en cœur ou confectionner 8 fleurons en rognures de feuilletage.

5. Terminer la matelote
- S'assurer de la cuisson de tous les morceaux.
- Les décanter dans une autre sauteuse.
- Réduire la cuisson de moitié.
- La lier avec 0,40 l de velouté de poisson et 0,20 l de crème.
- Réduire à nouveau jusqu'à la consistance nappante.
- Acidifier avec quelques gouttes de jus de citron ou un peu de la cuisson des champignons.
- Ajouter les champignons, vérifier l'assaisonnement (certains professionnels ne lient pas la sauce avec du velouté, mais avec une liaison composée de crème et de jaunes d'œufs).

6. Dresser la matelote
- Répartir les morceaux dans un grand plat creux ou sur assiette.
- Répartir uniformément les champignons.
- Napper soigneusement.
- Disposer harmonieusement les petits oignons glacés, les écrevisses et les croûtons.

PLATS SIMILAIRES

Matelote à la meunière

- Matelote au vin rouge liée au beurre manié.
- Garnir d'écrevisses pochées au court-bouillon et de croûtons en cœur frits au beurre clarifié et aillés.

Matelote à la normande

- Habiller et tronçonner des poissons d'eau de mer uniquement (congre, grondins, escalopes de filets de sole, de turbot...)
- Raidir les morceaux au beurre, ajouter des échalotes grises ciselées et une brunoise de pommes. Faire suer lentement, flamber au calvados, mouiller au cidre, réduire et ajouter au fumet de poisson, de la cuisson de champignons, de moules et d'huîtres pochées.
- Cuire, décanter et réduire la cuisson à glace. Crémer, réduire à nouveau. Monter au beurre, passer au chinois.
- Garnir de moules marinière décortiquées et ébarbées, d'huîtres de pleine mer pochées et ébarbées, de champignons tournés cuits à blanc, d'écrevisses pochées au court-bouillon et de croûtons en cœur frits au beurre clarifié.


Matelote de poissons à la marinière, façon «pochouse» des bords de l'Yonne



SOLES GRILLÉES, BEURRE D'ANCHOIS

Soles marinées puis grillées, servies avec un beurre aromatisé à la purée d'anchois.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes vapeur ou à l'anglaise ; fenouil, endives meunière ; ratatouille niçoise, gratin provençal, pennes au pistou.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- soles portions (8 x 0,250 kg)	kg	2		
- farine (facultatif)	kg	PM		
- huile pour le gril	l	0,04		
Marinade				
- huile	l	0,10		
- citron (1 pièce)	kg	0,100		
- thym et laurier	kg	PM		
Beurre d'anchois				
- beurre	kg	0,160		
- anchois à l'huile	kg	0,080		
Décor				
- citrons (4 + 2)	kg	0,600		
- persil	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 30 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*8 à 10 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller les soles - 30 min *(voir p. 165/166)*
- Arracher la peau grise et écailler la peau blanche.
- Les dégorger, les égoutter et les éponger, puis les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Préparer la marinade instantanée - 7 min
- Réunir dans une plaque à débarrasser l'huile, le citron pelé à vif et découpé en tranches, le thym et le laurier broyé finement.

4. Préparer les éléments de décor - 10 min
- Laver, équeuter et réserver le persil en branches.
- Laver et historier 4 citrons.
- Laver, canneler, partager en deux et émincer les deux autres citrons pour festonner le plat de service.

5. Confectionner le beurre d'anchois - 10 min
- Passer les filets d'anchois et le beurre au tamis ou au mixeur.
- Mélanger intimement le beurre à la spatule.
- Réserver le beurre en pommade à la température ambiante.

6. Marquer les soles en cuisson - 20 min *(voir p. 427/428)*
- Brosser, nettoyer soigneusement et huiler les barreaux du gril.
- Sécher soigneusement les soles avec du papier absorbant.
- Assaisonner avec le sel fin et le poivre du moulin.

1ère méthode
- Passer les soles dans la marinade et les poser sur le gril en diagonale, côté peau blanche en contact avec le gril en premier.
- Faire pivoter les soles d'un quart de tour pour les quadriller.
- Les retourner et quadriller l'autre face.
- Disposer les soles sur une plaque huilée et les badigeonner avec le reste de la marinade.
- Terminer la cuisson au four pendant quelques minutes.

2ème méthode
- Fariner les soles et les secouer pour éliminer l'excédent de farine.
- Les poser «à sec» sur le gril, dans le sens de la diagonale, côté peau blanche en contact avec le gril.
- Faire pivoter les soles d'un quart de tour afin de les quadriller.
- Les retourner à l'aide d'une fourchette et quadriller l'autre face.
- Débarrasser les soles sur une plaque huilée et les badigeonner avec la marinade.
- Terminer la cuisson au four pendant quelques minutes.

7. Dresser les soles grillées - 8 min
- Disposer les soles en diagonale sur le plat de service, la peau blanche quadrillée en premier sur le dessus, les têtes des soles dirigées vers l'extrémité gauche du plat.
- Disposer les éléments de décor (bouquets de persil en branches et citrons historiés).
- Lustrer au pinceau les soles grillées avec du beurre fondu.
- Dresser le beurre d'anchois en saucière.

__REMARQUE :__ Lorsque la cuisson des soles est terminée au four, protéger l'extrémité de la queue entre deux lamelles de pommes de terre. Les poissons à chair ferme et les poissons gras (saumon, turbot, bar, daurade, sardine, maquereau) ne sont jamais farinés. Ils sont passés dans la marinade et quadrillés directement sur le gril. La farine n'est pas obligatoire pour les soles. Son utilisation dépend principalement de la qualité du gril et de l'efficacité de la ventilation. Le passage des soles dans la farine et le quadrillage «à sec» évite la formation de fumées particulièrement odorantes.



Soles grillées, beurre d'anchois

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 planche à découper
- 1 paire de ciseaux à poisson
- 1 grande calotte
- 1 bahut
- 1 tamis et 1 pilon

Matériel de cuisson :

- 1 gril
- 1 grande plaque à poisson rectangulaire

Matériel de dressage :

- grands plats longs ou torpilleurs
- saucières et dessous de saucières
- papier gaufré

PETITS ROUGETS GRILLÉS NIÇOISE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Habiller 16 rougets de 0,150 kg chacun

- Les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Réaliser la fondue de tomates

- Monder, épépiner et concasser 0,800 kg de tomates mûres.
- Réaliser une fondue avec 0,040 kg d'oignons ciselés, 0,04 l d'huile d'olive, 2 gousses d'ail et un petit bouquet garni.
- Y ajouter un peu d'estragon haché après cuisson.

4. Réaliser le beurre d'anchois
(voir «Soles grillées, beurre d'anchois»)

- Utiliser 0,160 kg de beurre en pommade et 0,080 kg de filets d'anchois à l'huile.

5. Réaliser les éléments de présentation

- Peler à vif 2 citrons et les détailler en 16 rondelles régulières.
- Dénoyauter 16 olives noires de Nice et les cercler (entourer) d'une lanière de filet d'anchois.
- Disposer les olives cerclées sur les rondelles de citron.

6. Griller les rougets

- Les passer dans la marinade et les quadriller soigneusement des deux côtés. Les assaisonner.
- Terminer la cuisson au four, si nécessaire.

7. Dresser les rougets niçoise

- Disposer un lit de fondue de tomates au fond des plats ou sur les assiettes.
- Placer dans le sens de la diagonale 2 rougets par personne, tête à gauche et partie ventrale vers soi.
- Les lustrer au beurre clarifié.
- Disposer sur chaque rouget une rondelle de citron surmontée d'une olive cerclée.

PLATS SIMILAIRES

Daurades grillées marseillaise

- Garnir la partie ventrale des daurades avec du fenouil.
- Faire mariner dans huile, citron, thym, laurier et fenouil.
- Griller. Terminer la cuisson au four. Accompagner d'un beurre Maître d'hôtel additionné de fondue de tomates et d'une pointe d'ail.
- Servir avec des pommes copeaux traitées à la friture et des tomates étuvées surmontées d'olives cerclées de filets d'anchois.

Darnes de saumon grillées, sauce moutarde

- Faire mariner et griller les darnes de saumon.
- Les accompagner d'une sauce hollandaise additionnée, au moment de l'envoi, d'une cuillerée de moutarde.

Maquereaux grillés, sauce Saint-Malo

- Ouvrir les maquereaux par le dos (voir «*Merlans à l'anglaise*») et les griller.
- Les accompagner d'une sauce vin blanc moutardée, additionnée de quelques gouttes d'essence d'anchois.

Brochettes de lotte et de saumon grillées, beurre de crustacés

- Morceaux de lotte et de saumon intercalés de moules d'Espagne enrobées dans des tranches fines de poitrine fumée.
- Huiler légèrement les brochettes et griller.
- Servir avec un beurre de crustacés.



Petits rougets grillés niçoise



SOLES OU MERLANS FRITS AU CITRON

Soles ou merlans passés dans du lait ou dans de la bière, puis farinés et frits dans un bain de friture profond. Les poissons sont servis avec du persil frit et des citrons historiés.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : beignets de courgettes, d'aubergines, oignons frits, pommes vapeur, à l'anglaise, persillées.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Elements de base				
- merlans (8 x 0,250 kg)	kg	2		
ou				
- soles portions (8 x 0,250 kg)	kg	2		
- lait	l	0,20		
ou				
- bière	l	0,20		
- farine (1)	kg	0,200		
Friture à poisson	l	PM		
Finition				
- citrons (4 pièces)	kg	0,400		
- persil	kg	0,080		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
(1) La quantité de farine est importante, mais nécessaire pour fariner les poissons correctement.				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 10 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			***5 à 6 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller les merlans - 10 min (ou les soles - 30 min)
(voir p. 155/156 et 165/166)
- Ebarber et vider soigneusement les merlans.
- Limiter l'ouverture ventrale à 2 ou 3 cm.
- Eliminer délicatement les ouïes.
- Veiller à ne pas perforer la partie ventrale.
- Rincer sous un filet d'eau et réserver les merlans en enceinte réfrigérée.
- Ebarber et arracher la peau grise des soles.
- Ecailler la peau blanche.
- Arracher les ouïes et ôter les caillots de sang et les «laitances» s'il y a lieu.
- Les faire dégorger durant quelques minutes et les égoutter.
- Réserver les soles en enceinte réfrigérée.

3. Préparer les éléments de finition - 15 min
- Laver, équeuter et réserver le persil en branches sur du papier absorbant.
- Historier les citrons.

4. Frire le persil - 5 min
- Le plonger durant 5 secondes environ dans de l'huile neuve. L'égoutter sur du papier absorbant et le saler. Il doit rester vert et être croustillant (frire du persil représente un danger de brûlure, voire d'incendie, s'il n'est pas parfaitement séché sur du papier absorbant).

5. Marquer les merlans ou les soles en cuisson - 10 min
(voir p. 452/454)
- Essuyer soigneusement les poissons avec du papier absorbant.
- Les assaisonner (saler l'intérieur).
- Passer les poissons dans la bière ou dans le lait salé.
- Fariner au dernier moment et bien les tapoter pour enlever l'excédent de farine.
- Frire à 180 °C durant 5 à 6 min environ (le bain d'huile doit s'arrêter de bouillonner autour des poissons, ceux-ci doivent être dorés et remonter à la surface de la friture).
- Les égoutter soigneusement sur du papier absorbant en les retirant du bain de friture délicatement à l'aide d'une araignée.
- Les saler légèrement.

6. Dresser les merlans ou les soles - 5 min
- Dresser les merlans ou les soles dans le sens de la diagonale sur un grand plat long recouvert d'un papier gaufré.
- Disposer les merlans, tête en haut du plat et à gauche, ventre tourné vers soi.
- Disposer les soles la tête en haut du plat et à gauche, côté peau blanche sur le dessus.
- Disposer le persil frit par petits bouquets du côté des têtes et les citrons historiés du côté des queues.

REMARQUES :
- *Afin d'obtenir des merlans «plus croustillants», ainsi qu'une meilleure coloration, il est possible d'ajouter un peu de poudre de lait à la farine.*
- *Après un léger refroidissement, le bain de friture doit être filtré soigneusement et la friteuse nettoyée selon la procédure spécifique à l'établissement.*
- *Les poissons frits peuvent être servis avec de la sauce tartare ou gribiche (sauce mayonnaise additionnée de câpres, de cornichons hachés et de fines herbes).*



Soles ou merlans frits au citron

Matériel de préparation :
- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte
- 1 petite calotte
- 1 planche à découper
- 1 paire de ciseaux à poisson

Matériel de cuisson :
- 1 friteuse

Matériel de dressage :
- plats longs ou torpilleurs
- papier gaufré

MERLANS FRITS EN COLÈRE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Habiller 8 merlans de 0,250 kg chacun
- Essuyer soigneusement les merlans avec du papier absorbant. Les saler intérieurement.
- Maintenir la queue des merlans dans la gueule à l'aide d'un stick en bois ou d'une ficelle.

3. Préparer les éléments de finition
- Laver, équeuter 0,080 kg de persil ; l'égoutter soigneusement sur du papier absorbant pour frire.
- Historier 4 citrons en dents de loup.

4. Frire le persil

5. Frire les merlans
- Les passer dans de la bière ou dans du lait salé, puis dans la farine.
- Les tapoter afin d'éliminer l'excédent de farine. Les frire dans un bain de friture à 180 °C durant 5 à 6 min (ils doivent être dorés et remonter à la surface du bain de friture).
- Les débarrasser délicatement sur du papier absorbant et les saler à nouveau.
- Oter le stick en bois ou le morceau de ficelle.

6. Dresser les merlans en colère
- Les disposer en couronne sur un grand plat rond recouvert d'un papier gaufré.
- Disposer harmonieusement le persil frit et les citrons historiés.

PLATS SIMILAIRES

Petite friture au citron
(civelles, blanchailles ou whitebaits, éperlans, goujons, nonnats,...)
- Passer la petite friture dans une grande quantité de farine, puis la déposer sur un tamis.
- Secouer pour enlever l'excédent de farine.
- Frire dans un bain de friture à 180 °C.
- Dresser en buisson sur serviette avec persil frit et citrons historiés.

Filets de merlan ou de truite à la juive
- Enrober les filets de pâte à frire et les plonger dans un bain de friture à 180 °C.
- Servir avec une sauce tartare.

Filets de merlan Orly
- Enrober les filets de merlan de pâte à frire légère.
- Les frire dans un bain de friture à 180 °C.
- Servir avec une sauce tomate.

Anguilles frites à la tartare
- Dépouiller et vider des petites anguilles.
- Les faire mariner, puis les rouler dans la farine. Leur donner la forme d'un huit et les maintenir à l'aide d'une brochette.
- Frire et accompagner d'une sauce tartare.



Merlans frits en colère



SOLES COLBERT

Soles ouvertes, panées à l'anglaise et frites. Après cuisson, l'arête centrale est retirée et l'intérieur est garni de beurre Maître d'hôtel, elles sont accompagnées de citrons historiés et de persil frit.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- soles portions (8 x 0,250 kg)	kg	2		
- farine	kg	0,160		
- œufs entiers	pièce	3		
- huile	l	0,04		
- sel et poivre	kg	PM		
- mie de pain	kg	0,400		
Friture	l	PM		
Beurre Maître d'hôtel				
- beurre	kg	0,160		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
- persil	kg	0,040		
- sel et poivre	kg	PM		
Finition				
- citrons (4 pièces)	kg	0,400		
- persil	kg	0,080		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 25 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*5 à 7 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller et désarêter les soles - 25 min *(voir p. 165/166 et 169/170)*
- Ebarber, arracher la peau grise et écailler la peau blanche.
- Eliminer les ouïes et vider soigneusement les soles.
- Laver et égoutter.
- Poser les soles côté peau blanche sur une planche à découper.
- Inciser au centre et lever les filets du côté où adhérait la peau grise, sans les détacher des bords.
- Sectionner l'arête aux deux extrémités, afin de pouvoir l'extraire sans difficulté après cuisson.
- Réserver les soles en enceinte réfrigérée.

3. Préparer les éléments pour paner les soles - 10 min
- Tamiser et réserver la mie de pain dans une plaque à débarrasser.
- Casser, assaisonner et battre les œufs à l'aide d'une fourchette ou d'un petit fouet.
- Ajouter l'huile et réserver l'anglaise dans une deuxième plaque à débarrasser.
- Répartir la farine dans une troisième plaque.

4. Paner les soles - 15 min
- Passer successivement les soles dans la farine, dans l'anglaise et dans la mie de pain tamisée (veiller à ce que la mie de pain n'adhère pas entre les deux filets repliés : l'anglaise coagule à la cuisson et fixe ainsi les deux filets).
- Egaliser l'épaisseur des soles et les quadriller à l'intérieur à l'aide du dos d'un couteau éminceur.
- Réserver les soles jusqu'au moment de la cuisson en enceinte réfrigérée.

5. Préparer les éléments de décor et confectionner le beurre Maître d'hôtel - 10 min
- Laver, équeuter, concasser, hacher et essorer la moitié du persil en branches.
- Réserver la 2ème moitié du persil en branches sur du papier absorbant.
- Presser un demi-citron et réserver le jus dans un petit ramequin.
- Confectionner le beurre Maître d'hôtel.
- Travailler le beurre dans une petite calotte à l'aide d'une spatule.
- Ajouter le jus du demi-citron et le persil haché.
- Assaisonner avec le sel fin et le poivre du moulin.
- Réserver le beurre en pommade à la température ambiante.
- Historier les citrons en dents de loup.

6. Marquer les soles en cuisson - 15 min
- Plonger les soles dans un bain de friture à 180 °C pendant 5 à 7 min environ.
- Egoutter sur du papier absorbant.
- Extraire délicatement l'arête à l'aide de la pointe d'un couteau d'office.
- Saler légèrement.
- Frire le persil à 180 °C pendant quelques secondes, l'égoutter et le saler sans excès.

7. Dresser les soles - 5 min
- Sur un grand plat long recouvert d'un papier gaufré, disposer les soles dans le sens de la diagonale, la tête vers l'extrémité du plat et à gauche, le ventre des soles vers soi.
- Pousser à la poche munie d'une douille cannelée, un peu de beurre Maître d'hôtel dans chaque cavité.
- Du côté de la tête des soles, disposer le persil frit en bouquet et les citrons historiés côté queue.


Soles Colbert

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 araignée
- 1 paire de ciseaux à poisson
- 1 grande plaque à débarrasser
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper
- papier absorbant

Matériel de cuisson :

- 1 friteuse

Matériel de dressage :

- grands plats longs ou torpilleurs
- saucières et dessous de saucières
- papier gaufré

GOUJONNETTES OU MIGNONNETTES DE SOLE, SAUCE TARTARE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Habiller 4 soles filets de 0,600 kg chacune et arracher la peau blanche et la peau grise

3. Lever les filets *(voir p. 167/168)*
- Les dénerver soigneusement.
- Régulariser l'épaisseur des filets en les aplatissant légèrement entre deux feuilles de matière plastique alimentaire, à l'aide d'une batte à côtelettes.

4. Détailler les goujonnettes
- Allonger les filets sur la planche à découper.
- Détailler en diagonale des lanières (grosse julienne) très régulières d'environ 1,5 à 2 cm d'épaisseur sur 8 à 10 cm de longueur.

5. Paner les goujonnettes à l'anglaise
- Les assaisonner, puis passer successivement les goujonnettes dans la farine, dans l'anglaise et dans la mie de pain tamisée.
- Saupoudrer le plan de travail de mie de pain tamisée, et rouler les goujonnettes avec la paume de la main, de manière à leur donner une forme cylindrique régulière.
- Réserver les goujonnettes sur une plaque recouverte d'un papier sulfurisé.

6. Préparer les éléments du décor
- Laver, équeuter 0,080 kg de persil et le sécher sur du papier absorbant.
- Historier 4 citrons en dents de loup.

7. Confectionner la sauce tartare
- Hacher et essorer 0,020 kg de persil.
- Laver, effeuiller, éponger et hacher 1/6ème de botte de cerfeuil ainsi que 1/6ème de botte d'estragon.
- Laver et ciseler finement 1/4 de botte de ciboulette.
- Hacher 0,040 kg de câpres et 0,040 kg de cornichons.
- Confectionner la sauce mayonnaise : utiliser 2 jaunes d'œufs, 0,015 kg de moutarde, 0,02 l de vinaigre et 0,30 l d'huile.
- Juste avant l'envoi des goujonnettes, mélanger la garniture à la sauce mayonnaise (risque de fermentation).
- Vérifier l'assaisonnement. *(Certains professionnels ajoutent de l'oignon finement ciselé).*

8. Frire le persil
- Le saler et l'égoutter sur du papier absorbant.

9. Frire les goujonnettes
- Les plonger par petites quantités dans un bain de friture à 180 °C.
- Les retirer à l'aide d'une araignée et les égoutter soigneusement. Les saler sans excès.

10. Dresser les goujonnettes
- Les dresser en «buisson» sur serviette ou papier gaufré.
- Disposer harmonieusement le persil frit et les citrons historiés.
- Dresser la sauce tartare en saucière.

PLATS SIMILAIRES

Truites ou merlans à l'hôtelière

- Désarêter par le dos *(voir «Merlans à l'anglaise»).*
- Paner à l'anglaise et frire.
- Garnir avec un beurre Maître d'hôtel additionné de Duxelles sèche, citrons historiés et persil frit.

Soles frites Mireille

- Soles frites *(traitées comme «Soles Colbert»).*
- Garnir de sauce béarnaise et fondue de tomates aux fines herbes.

Filets d'anguille frits à l'anglaise

- Filets d'anguille incisés et escalopés, placés durant quelques heures dans une marinade instantanée.
- Paner à l'anglaise et frire.
- Servir avec une sauce façon bâtarde (velouté de poisson crémé ou sauce vin blanc, lié aux jaunes d'œufs, ajouter jus de citron, persil haché et monter au beurre d'anchois).


Goujonnettes de sole, sauce tartare



SOLES OU TRUITES «MEUNIÈRE»

Soles ou truites farinées, «sautées» à la poêle avec une belle coloration dorée, arrosées de jus de citron, nappées de beurre «noisette», et agrémentées de rondelles de citrons pelés à vif et de persil haché.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes vapeur, à l'anglaise, persillées ; légumes sautés (pommes de terre, champignons, endives, salsifis).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- soles ou truites portions (8 x 0,250 kg)	kg	2		
- farine (1)	kg	0,160		
- beurre	kg	0,080		
- huile	l	0,08		
Beurre meunière				
- citron (1 pièce)	kg	0,100		
- beurre	kg	0,160		
Décor				
- citrons (2x2 pièces)	kg	0,400		
- persil	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
(1) La quantité de farine peut sembler excessive, mais elle est nécessaire pour enrober correctement les soles ou les truites.				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 20 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*8 à 10 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller les soles ou les truites - 20 min *(voir p. 155/156 et 165/166)*

Cas des soles
- Arracher la peau grise et écailler la peau blanche.
- Les dégorger rapidement, les égoutter soigneusement.
- Réserver les soles en enceinte réfrigérée.

Cas des truites
- Les ébarber et les vider soigneusement.
- Eliminer les ouïes.
- Gratter les caillots de sang sous un filet d'eau à l'aide du manche d'une cuillère ou d'une fourchette.
- Rincer abondamment et laisser dégorger les truites durant quelques minutes dans de l'eau glacée.
- Rincer à nouveau.
- Les égoutter et les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Préparer les éléments de décor - 30 min
- Laver, équeuter, concasser, hacher et essorer le persil.
- Presser un citron et réserver le jus dans un petit ramequin.
- Peler à vif et détailler deux autres citrons en rondelles régulières.
- Canneler et émincer en demi-rondelles les deux derniers citrons destinés au décor du plat.

4. Marquer les soles ou les truites en cuisson - 20 min
(voir p. 412/414)
- Egoutter soigneusement et essuyer les soles ou les truites sur du papier absorbant.
- Les assaisonner avec du sel fin et du poivre du moulin.
- Fariner les poissons au dernier moment et les secouer en les tapotant pour enlever l'excédent de farine.
- Chauffer le beurre et l'huile dans les poêles à poissons.
- Lorsque le beurre mousse et devient légèrement blond, y déposer les soles côté peau blanche en premier.
- Les truites sont disposées dans la poêle dans le sens opposé au dressage ; retournées après coloration, elles seront ainsi dans le sens de la présentation.
- S'assurer de la bonne coloration des poissons et les retourner délicatement à l'aide d'une spatule.
- Terminer doucement la cuisson sur le côté de la plaque du fourneau, et surveiller attentivement le beurre qui ne doit pas brûler.
- Arroser fréquemment avec le beurre de cuisson.

5. Débarrasser les poissons et les dresser - 5 min
- S'assurer de leur cuisson : à la pression du doigt à la base de la tête et au niveau des opercules, les filets des poissons cuits s'écartent légèrement.
- Disposer les soles sur le plat de service, dans le sens de la diagonale, côté peau blanche sur le dessus, la tête vers l'extrémité du plat et à gauche.
- Disposer les truites sur le plat de service, dans le sens de la diagonale, la tête vers l'extrémité du plat et à gauche, le ventre vers soi.
- Festonner le bord des plats avec les demi-rondelles de citrons historiés.
- Arroser les poissons avec le jus de citron.
- Réaliser un beurre noisette et napper les poissons uniformément.
- Saupoudrer (sans excès) de persil haché.
- Disposer sur chaque poisson une ou deux rondelles de citron pelé à vif.

***REMARQUE :** Si la matière grasse de cuisson n'a pas brûlé, la même poêle peut être utilisée pour réaliser le beurre noisette.*



Soles «meunière»

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 planche à découper
- 1 paire de ciseaux à poisson
- 1 grande calotte
- 1 bahut
- 1 presse-citron

Matériel de cuisson :

- 1 ou 2 grandes poêles à poisson ovales
- 1 petite poêle ronde

Matériel de dressage :

- grands plats ronds
  ou
- torpilleurs
  ou
- assiettes de base

SOLES OU TRUITES GRENOBLOISE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Habiller 8 soles ou 8 truites de 0,250 kg pièce

3. Préparer la garniture grenobloise
- Détailler 0,160 kg de pain de mie en petits dés réguliers d'1 cm de côté.
- Les faire sauter rapidement dans une petite poêle avec 0,040 kg de beurre et 0,02 l d'huile.
- Egoutter et réserver les croûtons sur du papier absorbant.
- Peler à vif et lever les segments de deux citrons.
- Détailler les segments (transversalement) en lamelles de 2 mm d'épaisseur.
- Egoutter 0,080 kg de câpres fines.

4. Préparer les éléments de la présentation
- Hacher finement 0,040 kg de persil.
- Canneler et émincer en demi-rondelles deux citrons (ils sont destinés à festonner les bords des plats).

5. Marquer les soles ou les truites en cuisson
- Les faire sauter dans un mélange de beurre et d'huile selon la méthode des soles ou des truites meunière.

6. Dresser les soles ou les truites grenobloise
- Répartir uniformément la garniture grenobloise sur les soles ou sur les truites.
- Napper uniformément avec 0,160 kg de beurre noisette.
- Saupoudrer (sans excès) de persil haché.



Soles grenobloise

PLATS SIMILAIRES

Soles meunière Murat

- Soles meunière garnies de pommes de terre et de fonds d'artichauts sautés au beurre.
- Disposer sur les soles des tranches de tomates mondées et sautées.

Truites aux amandes

- Parsemer les truites meunière d'amandes effilées, grillées ou sautées au beurre.

Truites ou soles meunière aux champignons divers

- Accompagner les poissons meunière de cèpes à la bordelaise, de pleurotes ou de girolles sautées.

Poissons meunière Doria

- Poissons meunière accompagnés de concombres tournés en «olive» et étuvés au beurre.

Soles meunière à l'espagnole

- Dresser les soles meunière sur un lit de fondue de tomates.
- Garnir avec des oignons et des poivrons frits.



Truites «meunière»



FILET DE SAINT-PIERRE À L'OSEILLE

Filet de Saint-Pierre «sauté» à la poêle. Servi avec une sauce obtenue à partir de beurre émulsionné et de chiffonnade d'oseille étuvée.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes vapeur, à l'anglaise ; riz créole ou pilaf ; tagliatelles au beurre.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- Saint-Pierre (4 x 0,700 kg à 0,750 kg)	kg	2,800 à 3,000		
- farine (1)	kg	0,160		
- beurre	kg	0,060		
Fumet de poisson				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- carottes (facultatif)	kg	0,080		
- oignons	kg	0,080		
- arêtes de Saint-Pierre	kg	PM		
- vin blanc	l	0,10		
- bouquet garni	pièce	1		
- parures de champignons	kg	PM		
- poivre en grains	kg	PM		
Chiffonnade d'oseille				
- oseille	botte	2		
- beurre	kg	0,020		
- Sauce				
- beurre	kg	0,020		
- échalotes grises de Jersey	kg	0,040		
- Noilly	l	0,05		
- vin blanc	l	0,05		
- crème	l	0,10		
- beurre extra-fin	kg	0,200		
Finition				
- beurre pour lustrer	kg	0,020		
Décor				
- cerfeuil	botte	1/4		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
(1) La quantité de farine peut sembler excessive, mais elle est nécessaire pour enrober correctement les Saint-Pierre.				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 30 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*5 à 6 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller les Saint-Pierre - 20 min
- Oter en premier les épines dorsales à l'aide d'une paire de ciseaux.
- Eliminer les ouïes et vider les Saint-Pierre. Les faire dégorger dans de l'eau glacée durant quelques minutes.
- Les égoutter et les éponger soigneusement.

3. Lever les filets - 20 min
- Lever délicatement les deux filets de chaque Saint-Pierre et prendre soin qu'ils ne se séparent pas.
- Concasser et faire dégorger les arêtes.
- Réserver les filets en enceinte réfrigérée.

4. Préparer les légumes - 20 min
- Eplucher, laver et ciseler finement la moitié des échalotes.
- Emincer l'autre moitié pour le fumet de poisson.
- Eplucher, laver et émincer finement l'oignon et la carotte (facultatif), également pour le fumet.
- Confectionner un bouquet garni.
- Equeuter et laver l'oseille dans plusieurs eaux.
- Rouler les feuilles en forme de cigares et les émincer en «chiffonnade» d'1 cm de largeur.
- Effeuiller le cerfeuil et réserver les pluches dans un peu d'eau.

5. Marquer le fumet de poisson en cuisson - 5 min
- Le mouiller à peine à hauteur des arêtes.
- Le passer au chinois étamine et le réduire presqu'à glace.

6. Marquer la chiffonnade d'oseille en cuisson - 5 min
- L'étuver au beurre et à couvert dans une petite sauteuse.

7. Réaliser la sauce - 15 min
- Dans une petite sauteuse, faire suer au beurre les échalotes ciselées.
- Déglacer avec le Noilly et le vin blanc.
- Réduire des 2/3 et ajouter la glace de poisson et la crème.
- Réduire à nouveau jusqu'à la consistance nappante.
- Monter la réduction au beurre.
- L'incorporer hors du feu, en petites parcelles en vannant et en fouettant comme pour la réalisation d'un beurre blanc.
- Assaisonner de sel fin et de piment de Cayenne.
- Passer la sauce au chinois étamine sur la chiffonnade d'oseille et la réserver dans un endroit tiède (45 à 50 °C maximum).

8. Marquer les filets de Saint-Pierre en cuisson - 10 min
- Les assaisonner et les passer dans la farine. Les tapoter délicatement pour enlever l'excédent.
- Les faire sauter dans un poêle antiadhésive beurrée (au beurre clarifié) avec un pinceau, sans exagérer la coloration.

9. Dresser les filets de Saint-Pierre - 5 min
- Répartir uniformément la sauce et l'oseille au fond des assiettes.
- Disposer les filets de Saint-Pierre sur la sauce.
- Les lustrer au beurre clarifié.
- Disposer harmonieusement quelques pluches de cerfeuil.

REMARQUES :
- *La même préparation peut être réalisée avec de fines escalopes de saumon ou de barbue.*
- *Les épines dorsales des Saint-Pierre sont particulièrement dangereuses.*



Filet de Saint-Pierre à l'oseille

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 planche à découper
- 1 paire de ciseaux à poisson
- 1 grande calotte
- 1 bahut

Matériel de cuisson :

- 1 poêle antiadhésive
- 1sauteuse ou 1 russe moyenne
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- grands plats ronds
  ou
- assiettes de base

DOS DE SAUMON SUR PEAU À L'UNILATÉRALE, FONDUE DE POIREAUX AUX LARDONS

1. Mettre en place le poste de travail

2. Habiller un petit saumon de 2 kg à 2,200 kg, l'écailler soigneusement

3. Lever les filets du saumon et les détailler
- Les parer, ne pas les dépouiller, ôter toutes les petites arêtes.
- Détailler les filets en «pavés» rectangulaires réguliers de 0,150 kg chacun (réserver les queues pour une autre utilisation).

4. Réaliser la fondue de poireaux
- Emincer finement 0,800 kg de blancs de poireaux.
- Les étuver avec 0,060 kg de beurre et les assaisonner.
- Ajouter 0,10 l de crème aux 3/4 de la cuisson.

5. Préparer les lardons
- Détailler 0,200 kg de poitrine fumée en petits lardons.
- Les blanchir et les faire sauter à l'huile sans les dessécher.
- Les ajouter aux poireaux.

6. Réaliser la sauce
- Réaliser un beurre blanc crémé avec 0,040 kg d'échalotes grises, 0,05 l de Noilly, 0,05 l de vin blanc, 0,10 l de crème et 0,200 kg de beurre.

7. Terminer les poireaux
- S'assurer de leur cuisson et de la réduction de la crème.
- Les lier avec le tiers du beurre blanc crémé, et les réserver.

8. Marquer les dos de saumon en cuisson
- Faire chauffer 0,020 kg de beurre et 0,02 l d'huile dans une poêle antiadhésive.
- Assaisonner les dos de saumon et les placer côté peau dans la poêle.
- Les cuire sur la plaque du fourneau durant 4 à 5 minutes, puis placer la poêle dans un four très chaud pour finir la cuisson du dessus.
- Ne pas les retourner, ils doivent cuire uniquement sur le côté peau (le côté peau doit être croustillant et le centre moelleux).

9. Dresser les dos de saumon
- Disposer un lit de poireaux aux lardons au fond de chaque assiette.
- Placer un «dos de saumon» par assiette sur les poireaux, côté peau croustillante sur le dessus.
- Lustrer le saumon au beurre clarifié.
- Saupoudrer d'une petite pincée de fleur de sel.
- Entourer d'un cordon de sauce.

PLATS SIMILAIRES

Escalopes de saumon aux tétragones, beurre au Noilly

- Fines escalopes de saumon sautées à la commande dans une poêle antiadhésive.
- Dresser sur des tétragones sautées au beurre noisette.
- Entourer d'un cordon de beurre blanc réalisé sur une réduction d'échalotes au Noilly.

Blancs de barbue à la fondue d'endives et au jambon

- Blancs de barbue sautés dans une poêle antiadhésive avec très peu de beurre.
- Dresser sur une fondue d'endives à la crème, additionnée de petits lardons de poitrine fumée sautés.
- Entourer d'un cordon de beurre blanc crémé.

Suprême de bar à la fondue de fenouil, beurre blanc à l'anis

- Suprêmes de bar sautés à la commande dans une poêle antiadhésive avec très peu d'huile d'olive et de la fleur de thym.
- Dresser sur une compote de fenouil bulbeux légèrement colorée.
- Entourer d'un cordon de beurre blanc parfumé à l'anis ou avec un peu de pastis.



Dos de saumon sur peau à l'unilatérale, fondue de poireaux aux lardons



DUO DE CABILLAUD ET DE MORUE, PURÉE DE POMMES DE TERRE À L'HUILE D'OLIVE

Morceau épais de cabillaud sauté sur peau à la commande, dressé sur une purée de pommes de terre et de morue à l'huile d'olive. La préparation est servie avec un beurre blanc et présentée avec des segments de tomates confites.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- pavés épais de cabillaud avec peau (8 x 0,150 kg)	kg	1,200		
- gros sel	kg	0,040		
- huile d'olive	l	0,04		
Brandade				
- filet de morue salée	kg	0,400		
- huile d'olive	l	0,10		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
Purée à l'huile d'olive				
- pommes de terre Bintje	kg	1,600		
- lait	l	0,10		
- crème	l	0,20		
- ail (4 gousses)	kg	0,030		
- huile d'olive	l	0,10		
- beurre	kg	0,040		
Beurre blanc				
- échalotes grises	kg	0,040		
- vin blanc sec	l	0,04		
- vinaigre de vin blanc	l	0,02		
- crème	l	0,10		
- beurre extra-fin	kg	0,200		
Tomates confites				
- tomates (3 pièces)	kg	0,240		
- huile d'olive	l	0,04		
- ail (2 gousses)	kg	0,015		
- thym	botte	PM		
Finition				
- beurre pour lustrer	kg	0,020		
- cerfeuil	botte	1/4		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- fleur de sel		PM		
- piment de Cayenne		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 15 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : des pommes de terre			20 min	
de la morue			6 à 8 min	
du cabillaud			8 à 10 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

La veille : dessaler les filets de morue - 5 min
- Les frotter avec une brosse pour les débarrasser de l'excédent de sel, puis les rincer.
- Les découper en morceaux et les laisser tremper dans de l'eau glacée durant une douzaine d'heures.
- Changer l'eau fréquemment.

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Vérifier les pavés de cabillaud - 5 min
- Les parer, ôter les éventuelles arêtes si nécessaire.
- Les saupoudrer avec le gros sel et les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Eplucher et laver tous les légumes - 10 min

4. Confire les tomates - 5 min
- Monder les tomates, les partager en huit.
- Oter tous les pépins et ranger les morceaux sur une plaque recouverte d'un papier cuisson.
- Badigeonner les morceaux avec de l'huile d'olive parfumée à l'ail et à la fleur de thym.
- Assaisonner et confire au four ou à l'étuve à 80 °C durant quelques heures.

5. Marquer la brandade et la purée en cuisson - 10 min
- Partager les pommes de terre en deux et les cuire à l'anglaise, départ eau froide. Saler au gros sel et écumer si nécessaire.
- Blanchir les gousses d'ail deux fois et les cuire lentement dans la crème durant une vingtaine de minutes. Mixer, puis réserver la purée d'ail au chaud.
- Pocher les morceaux de morue, départ eau froide, sans ajouter de sel. Laisser pocher sans ébullition à 90 °C durant 6 à 8 min selon l'épaisseur des filets. Egoutter, retirer la peau et les arêtes et maintenir au chaud.

6. Réaliser la brandade à la purée de pommes de terre - 15 min
- Réaliser la purée de pommes de terre, lui ajouter le lait bouillant, le beurre, la crème d'ail et l'huile d'olive.
- Effeuiller la morue et la travailler à la spatule sur un feu doux dans une grande sauteuse en lui incorporant progressivement l'huile d'olive. Vérifier l'assaisonnement et ajouter quelques gouttes de jus de citron.
- Mélanger lentement à la spatule la brandade à la purée de pommes de terre, huiler ou beurrer en surface et réserver la purée à plus de 63 °C.

7. Réaliser le beurre blanc - 10 min *(voir p. 306/307)*

8. Sauter les pavés de cabillaud - 10 min
- Les rincer et les éponger soigneusement sur du papier absorbant.
- Les sauter dans une poêle antiadhésive avec un peu d'huile d'olive, côté peau en premier.
- Terminer la cuisson au four durant quelques minutes.

9. Dresser les pavés de cabillaud - 5 min
- Disposer au centre de chaque assiette un tampon de brandade à l'aide d'un petit cercle à entremets.
- Placer un pavé de cabillaud au-dessus, la peau dorée et croustillante sur le dessus, lustrer et saupoudrer d'une pincée de fleur de sel.
- Disposer un cordon de beurre blanc tout autour, puis décorer avec les segments de tomates confites et des pluches de cerfeuil.



Duo de cabillaud et de morue, purée de pommes de terre à l'huile d'olive

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 grande calotte
- 1 bahut
- 1 planche à découper
- 1 paire de ciseaux à poisson
- 1 moulin à légume

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
- 1 grande poêle antiadhésive
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- assiettes de base ou grandes assiettes

PAVÉ DE SAUMON MI-FUMÉ, LENTILLES VERTES AU LARD, JUS DE VOLAILLE À L'HUILE D'OLIVE

- Détailler 8 pavés épais de saumon avec la peau de 0,150 kg chacun.
- Les saupoudrer de gros sel et les réserver en enceinte réfrigérée durant 2 heures.
- Les rincer et les éponger soigneusement.
- Les fumer à froid durant 2 heures également.

Cuire 0,400 kg de lentilles vertes avec 0,080 kg de carottes, 0,080 kg d'oignons taillés en brunoise et 0,160 kg de poitrine fumée taillée en petits lardons *(voir p. 375)*.

- Lier les lentilles avec 0,080 kg de beurre en fin de cuisson et les réserver au chaud.
- Sauter les pavés de saumon dans une poêle et terminer la cuisson au four durant quelques minutes.
- Faire réduire à glace 0,40 l de jus de rôti de poulet et l'émulsionner avec 0,20 l d'huile d'olive et un filet de «vinaigre balsamique».
- Dresser les pavés de saumon sur assiette, sur un lit de lentilles vertes liées au beurre.
- Les entourer d'un cordon de jus de volaille émulsionné à l'huile d'olive.
- Lustrer les pavés et disposer une belle pluche de cerfeuil sur le dessus.

PLATS SIMILAIRES

Filets de daurade sautés, purée de céleri et fenouil, bouquet de céleri frit

- Raffermir les filets de daurade au gros sel durant une heure. Les sauter à l'huile d'olive côté peau en premier.
- Les dresser sur une purée de céleri-rave et fenouil.
- Entourer d'un cordon de beurre blanc à l'anis.
- Disposer un bouquet de céleri frit taillé en julienne sur le dessus du filet.

Taboulé au boulghour, rougets de roche, jus de volaille au basilic

- Réaliser le taboulé avec le boulghour, du jus de citron et du bouillon de volaille. Ajouter une brunoise de poivrons verts, de pulpe de tomate et de concombre. Assaisonner et ajouter l'huile d'olive. Laisser reposer en enceinte réfrigérée durant quelques heures. Ajouter du persil haché et des feuilles de basilic ciselées.
- Réduire le jus de rôti de poulet avec des feuilles de basilic, passer, émulsionner à l'huile d'olive.
- Sauter les filets de rougets côté peau avec un peu d'huile d'olive et les assaisonner. Dresser les filets de rougets sur un petit tampon de taboulé à l'aide d'un cercle à entremets. Décorer avec des feuilles de basilic frites. Verser le jus de volaille tout autour, parsemer de persil plat et de basilic haché.



Pavé de saumon mi-fumé, lentilles vertes au lard, jus de volaille à l'huile d'olive



MERLANS À L'ANGLAISE

Merlans désarêtés, panés à l'anglaise, «sautés» à la poêle. Ils sont servis avec du beurre Maître d'hôtel, du persil en branches et des citrons historiés.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- merlans (8 x 0,200 kg à 0,250 kg)	kg	1,600 à 2,000		
- beurre	kg	0,080		
- huile	l	0,08		
Panure à l'anglaise				
- farine	kg	0,160		
- œufs entiers	pièce	3		
- huile	l	0,04		
- sel, poivre du moulin	kg	PM		
- mie de pain	kg	0,300		
Beurre Maître d'hôtel				
- beurre	kg	0,160		
- persil	kg	0,040		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
- sel, poivre du moulin	kg	PM		
Décor				
- citrons (4 pièces)	kg	0,400		
- persil frisé	kg	0,040		
Finition				
- beurre pour lustrer	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 45 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			6 à 8 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller et désarêter les merlans par le dos - 35 min
(voir p. 155/156 et 158/159)
- Ebarber et vider les merlans par les ouïes.
- Laver et éponger soigneusement.
- Ouvrir les merlans par le dos et extraire l'arête en la sectionnant à l'aide d'une paire de ciseaux.
- Rincer délicatement (si nécessaire) et enlever les membranes noirâtres (péritoine) à l'aide de papier absorbant.
- Réserver les merlans en enceinte réfrigérée.

3. Préparer les éléments pour paner les merlans - 10 min
- Tamiser et réserver la mie de pain dans une plaque à débarrasser.
- Casser, assaisonner, puis battre les œufs à l'aide d'une fourchette ou d'un petit fouet. Ajouter l'huile et réserver l'anglaise dans une deuxième plaque.
- Répartir la farine dans une troisième plaque.

4. Paner les merlans - 15 min
- Passer successivement les merlans dans la farine, l'anglaise et la mie de pain tamisée (bien faire adhérer la mie de pain en pressant légèrement avec la main).
- Egaliser l'épaisseur des merlans et quadriller l'intérieur à l'aide d'un couteau éminceur.
- Réserver les merlans en enceinte réfrigérée jusqu'à leur mise en cuisson.

5. Préparer les éléments de décor et confectionner le beurre Maître d'hôtel - 15 min
- Laver, équeuter, concasser, hacher et essorer la moitié du persil.
- Réserver la 2ème moitié du persil en branches pour la présentation.
- Presser un demi-citron et réserver le jus dans un petit ramequin.
- Travailler le beurre dans une petite calotte à l'aide d'une spatule.
- Ajouter le jus du demi-citron et le persil haché.
- Assaisonner avec le sel fin et le poivre du moulin.
- Réserver le beurre en pommade à la température ambiante.
- Historier les citrons en dents de loup.

6. Marquer les merlans en cuisson - 20 min
- Faire sauter les merlans, côté quadrillé en premier, dans une poêle à poisson avec l'huile et le beurre.
- Après 3 à 4 min, s'assurer de la bonne coloration des merlans, et les retourner à l'aide d'une spatule à poisson très large.
- Terminer la cuisson doucement, sur le côté de la plaque du fourneau, en arrosant sans discontinuer la tête des merlans avec la matière grasse.
- Débarrasser les merlans en les chevauchant légèrement dans le plat de service, dans le sens de la diagonale, la tête vers l'extrémité du plat et à gauche.

7. Terminer les merlans à l'anglaise - 5 min
- Disposer les éléments de décor (bouquets de persil en branches et citrons historiés).
- Lustrer au pinceau les merlans avec du beurre fondu.
- Dresser le beurre Maître d'hôtel en saucière.



Merlans à l'anglaise

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 grande plaque GN 1/1
- 1 paire de ciseaux à poisson
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper

Matériel de cuisson :

- 1 ou 2 grandes poêles à poisson

Matériel de dressage :

- grands plats longs ou torpilleur
- saucières et dessous de saucières
- papier gaufré

VIENNOISE DE BARBUE, BEURRE DE POIVRONS

1. Mettre en place le poste de travail

2. Préparer les escalopes de barbue

- Détailler les filets de barbue en 8 escalopes régulières de 0,150 kg chacune.
- Les aplatir entre deux feuilles de papier en matière plastique alimentaire, à l'aide d'une batte à côtelettes.
- Les assaisonner et les paner à l'anglaise.
- Les quadriller avec le dos d'un couteau éminceur. Les parer et les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Préparer la fondue de poivrons

- Faire suer au beurre 0,040 kg d'oignons finement ciselés.
- Ajouter 0,250 kg de poivrons rouges mondés, épépinés et taillés en brunoise.
- Laisser compoter et ajouter 0,100 kg de tomates mondées épépinées et concassées, 2 gousses d'ail entières et un petit bouquet garni.
- Cuire à couvert jusqu'à évaporation complète de l'eau des légumes.
- Bien dessécher la fondue. Oter l'ail et le bouquet garni.
- Mixer finement ou passer au tamis fin.
- Vérifier l'assaisonnement.

4. Préparer la garniture viennoise

- Peler à vif un citron et le détailler en 8 tranches régulières.
- Dénoyauter 8 olives vertes et les entourer d'un filet d'anchois.
- Disposer chaque olive cerclée d'un filet d'anchois sur une rondelle de citron pelé à vif.
- Obstruer l'emplacement du noyau des olives avec une petite câpre ou du persil en branches.

5. Confectionner le beurre de poivrons

- Réunir dans une petite sauteuse la purée de poivrons et 0,10 l de crème. Réduire de moitié et monter la sauce avec 0,150 kg de beurre extra-fin. Vérifier l'assaisonnement.

6. Faire sauter les escalopes de barbue

- Les faire sauter au beurre clarifié.
- Poser le côté quadrillé le premier dans la poêle. Les retourner lorsqu'elles sont dorées et les assaisonner.

7. Dresser les escalopes de barbue au beurre de poivrons

- Répartir uniformément le beurre au fond des assiettes.
- Placer les escalopes au centre.
- Les lustrer au beurre clarifié avec un pinceau.
- Disposer une tranche de citron surmontée de l'olive et du filet d'anchois sur chaque escalope.

PLATS SIMILAIRES

Merlans Richelieu

- Ouvrir et désarêter les merlans par le dos.
- Paner à l'anglaise et faire sauter.
- Garnir l'ouverture de beurre Maître d'hôtel, à l'aide d'une poche munie d'une douille cannelée.
- Disposer une rangée de lames de truffes sur le beurre.

Poissons panés et sautés Médicis (merlans, truites, soles, filets divers)

- Garnir de petites tomates évidées et étuvées au beurre, avec une sauce béarnaise.

Variante pour filets de poisson épais (barbue, saumon, turbot...)

- Ouvrir les filets en portefeuille.
- Les assaisonner et les fourrer de fondue de tomates.
- Refermer, paner à l'anglaise. Bien souder les bords.
- Faire sauter au beurre clarifié et servir avec sauce béarnaise et citrons historiés.

Filets de poissons sautés Déjazet

- Paner et faire sauter au beurre clarifié.
- Garnir de beurre d'estragon et décorer avec des feuilles d'estragon blanchies.



Viennoise de barbue, beurre de poivrons



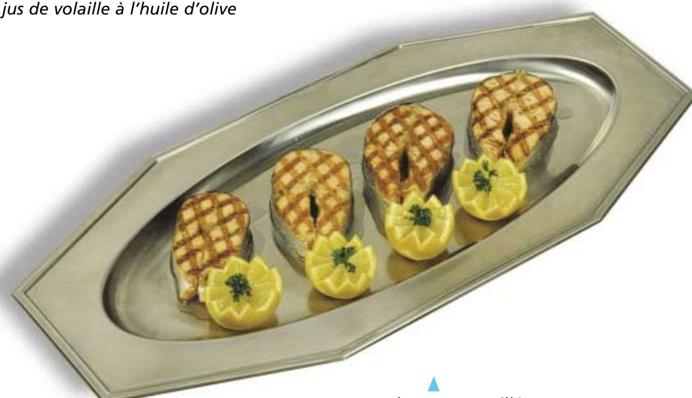
Feuilleté de saumon aux asperges



Pavé de cabillaud aux primeurs, jus de volaille à l'huile d'olive



Ailes de raie aux câpres



Darnes de saumon grillées



LES COQUILLAGES ET LES CRUSTACÉS

Bref rappel de technologie

Le prix d'achat de la plupart des coquillages et des crustacés est très élevé, le pourcentage de déchets par rapport au poids brut est important (65 % pour les crabes).

Il s'avère donc nécessaire de porter une attention particulière sur leur choix.

Il est donc primordial de les acheter en saison, vivants, vigoureux, lourds et bien remplis. Leur altération est très rapide, il est indispensable de contrôler et de conserver les étiquettes de salubrité et de les utiliser et consommer le plus rapidement possible.



Pilaf de fruits de mer







Salade de homard



Gratin d'écrevisses



Moules poulette

Techniques mises en œuvre

pages

- Préparer des mollusques et des crustacés
- Ouvrir des coquilles Saint-Jacques
- Ouvrir des huîtres
- Ouvrir des moules
- Tronçonner un homard
- Châtrer des écrevisses
- Réaliser un court-bouillon
- Réaliser une nage
- Réaliser une sauce américaine
- Réaliser une sauce Nantua
- Réaliser un velouté de moules
- Réaliser un beurre d'escargot
- Réaliser une persillade



MOULES MARINIÈRE

Moules cuites avec des échalotes ciselées, du vin blanc, du beurre, du poivre et du persil haché. La cuisson est réduite puis montée au beurre.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- moules de bouchots	kg	2,400		
- beurre	kg	0,080		
- échalotes	kg	0,080		
- vin blanc	l	0,08		
- persil plat	kg	0,020		
Finition				
- beurre	kg	0,080		
- persil plat	kg	0,040		
Assaisonnement				
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*45 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*5 à 6 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les moules - 15 min *(voir p. 184)*
- Les gratter, éliminer les filaments fixateurs (byssus), les laver soigneusement en les brassant dans plusieurs eaux.
- Eliminer celles qui remontent à la surface, celles qui sont brisées et toutes celles qui s'entrouvrent (ne pas les laisser tremper, elles risquent de s'ouvrir et de perdre ainsi leur eau de mer).

REMARQUE : Les moules élevées à plat et risquant de contenir du sable doivent être mises à tremper dans de l'eau salée à raison de 0,020 kg par litre d'eau. L'eau de trempage doit être changée fréquemment.

3. Préparer la garniture - 10 min
- Eplucher, laver et ciseler finement les échalotes.
- Laver, équeuter, concasser, hacher et essorer le persil.

4. Marquer les moules en cuisson - 5 min
- Dans un rondeau plat ou dans une grande russe, réunir les moules bien égouttées, le beurre en parcelles, les échalotes ciselées, le vin blanc et la moitié du persil haché.
- Poivrer (ne jamais saler*) et cuire à plein feu et à couvert durant 5 à 6 min.
- Remuer le récipient en cours de cuisson.
- Retirer le récipient du feu lorsque les moules sont juste ouvertes (trop cuites, elles se racornissent).

5. Dresser les moules marinière - 10 min
- Egoutter les moules à l'aide d'une écumoire, puis les dresser dans un grand légumier.
- Retirer la coquille vide des moules situées sur le dessus.
- Décanter et réduire la cuisson en plein feu, puis hors du feu, la monter au beurre.
- Verser la cuisson sur les moules ou la décanter, et veiller à ne pas mettre le dépôt qui risque de contenir du sable.
- Saupoudrer de persil haché.
- Disposer le légumier sur un sous-bol couvert d'un papier gaufré.

REMARQUES :
- ***Les moules marinière doivent être ouvertes uniquement à la commande.***
- ***D'autres méthodes sont parfois utilisées : les échalotes peuvent être suées au beurre ou remplacées par de l'oignon ciselé.***
- ***Le mouillement peut être complété avec du fumet de poisson.***
- ***Une liaison peut être obtenue en ajoutant soit un peu de beurre manié, soit un peu de velouté de poisson.***

****** Ne jamais saler les coquillages traités à la marinière.
La cuisson des moules doit toujours être décantée, elle contient fréquemment du sable.
Les restes éventuels de moules sont décortiqués, les moules sont ébarbées et réservées en enceinte réfrigérée dans leur cuisson soigneusement filtrée.***



Moules marinière

Matériel de préparation :

- 1 plaque à débarrasser
- 2 grandes calottes
- 2 petites calottes
- 1 grande passoire
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 rondeau haut ou 1 grande russe avec couvercle.

Matériel de dressage :

- grands légumiers
- dessous de plats ronds
- papier gaufré

MOULES POULETTE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Préparer la sauce poulette de base

- Faire suer au beurre 0,040 kg d'échalotes ciselées et 0,200 kg de champignons de Paris émincés.
- Ajouter 0,40 l de velouté de poisson non salé et 0,10 l de crème. Laisser réduire durant une dizaine de minutes.
- Acidifier avec quelques gouttes de jus de citron.
- Passer au chinois étamine, tamponner et réserver au bain-marie.

3. Préparer et ouvrir les moules

- Les ouvrir selon la méthode ci-contre.

4 Terminer la sauce poulette

- Débarrasser les moules et enlever la coquille du dessus.
- Décanter délicatement et filtrer très finement la cuisson.
- Réduire de moitié 0,20 l de cuisson.
- Ajouter la base de la sauce poulette.
- Réduire à nouveau.
- Ajouter une liaison composée de 2 jaunes d'œufs et de 0,10 l de crème.
- Reporter à ébullition durant quelques secondes et, hors du feu, monter la sauce au beurre.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Passer la sauce au chinois étamine sur les moules.
- Saupoudrer de persil haché.

REMARQUE :

- *A défaut de velouté de poisson, certains professionnels ouvrent les moules avec du vin blanc et du fumet de poisson, et lient la cuisson avec du beurre manié, du velouté de champignons déshydratés ou appertisés U.H.T. peut être également utilisé..*

PLATS SIMILAIRES

Moules bonne-femme

- Moules marinière additionnées d'une julienne de champignons et de blanc de céleri en branche.
- Réduire la cuisson et la lier avec un peu de sauce vin blanc à glacer.
- Napper et glacer sous la salamandre.

Caïeux d'Isigny normande

- Ouvrir les caïeux avec des échalotes grises, une brunoise de pommes et du cidre.
- Réduire la cuisson, lier avec crème et jaunes d'œufs.

Moules d'Espagne frites

- Ouvrir les moules selon la méthode dite «à la marinière».
- Les égoutter et les décoquiller.
- Les mettre à mariner avec huile, jus de citron et herbes hachées.
- Enrober de pâte à frire, et frire à la commande.
- Dresser sur serviette avec persil frit et citrons historiés.

Mouclade des boucholeurs

- Ouvrir les moules selon la méthode dite «à la marinière».
- Les décortiquer et filtrer soigneusement la cuisson.
- Réaliser un velouté de moules au curry additionné de crème fouettée.
- Napper et glacer sous la salamandre. (Le glaçage peut être favorisé en ajoutant un peu de sauce hollandaise au velouté).



Moules poulette



MOULES FARCIES

Moules d'Espagne ouvertes «à la marinière». La coquille supérieure est éliminée, et après avoir décollé la moule de la coquille inférieure, celle-ci est garnie avec du beurre bourguignon (dit beurre d'escargot). Elles sont saupoudrées de mie de pain et gratinées sous la salamandre à la commande.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- moules d'Espagne	kg	2,400		
- échalotes	kg	0,080		
- vin blanc	l	0,08		
Beurre «d'escargot»				
- beurre extra-fin	kg	0,300		
- échalotes	kg	0,040		
- persil plat	kg	0,040		
- ail (4 gousses)	kg	0,020		
- mie de pain	kg	0,040		
Finition				
- mie de pain	kg	0,080		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*60 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*5 à 6 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les moules - 15 min *(voir p. 184)*
Observer les mêmes précautions que pour les «*Moules marinière*», fiche précédente.

3. Préparer la garniture - 15 min
- Eplucher, laver et ciseler finement les échalotes.
- En réserver 0,040 kg pour le beurre d'escargot.
- Laver, équeuter, concasser, hacher et essorer le persil plat.
- Eplucher, laver, éliminer le germe, écraser et hacher les gousses d'ail.
- Tamiser la mie de pain.

4. Marquer les moules en cuisson - 5 min
- Réunir dans un rondeau plat ou dans une grande russe les moules bien égouttées, les échalotes ciselées et le vin blanc.
- Poivrer, cuire à plein feu et à couvert durant 5 à 6 min.
- Remuer le récipient en cours de cuisson.
- Retirer le récipient du feu lorsque les moules sont juste ouvertes (trop cuites, elles se racornissent).
- Les égoutter soigneusement et les refroidir rapidement.

5. Confectionner le beurre d'escargot - 5 min
- Dans une petite calotte en acier inoxydable, réunir le beurre en pommade, les échalotes ciselées, le persil, les gousses d'ail finement hachées et le tiers de la mie de pain tamisée.
- Saler, poivrer et mélanger à l'aide d'une spatule.
- Vérifier l'assaisonnement et réserver le beurre d'escargot à la température ambiante.

6. Farcir les moules - 10 min
- Retirer la coquille vide (valve supérieure) des moules.
- La décoller de la valve inférieure.
- Masquer chaque moule avec un peu de beurre et lisser en surface à l'aide d'une spatule métallique (les moules peuvent être farcies également à l'aide d'une poche munie d'une douille).
- Saupoudrer les moules avec le reste de la mie de pain.

7. Dresser les moules farcies - 5 min
- Disposer harmonieusement les moules farcies sur des assiettes à entremets ou sur des petits plats individuels.
- Gratiner vivement dans un four très chaud ou éventuellement sous la salamandre (le gratin doit être léger et le beurre bien mousseux).

REMARQUE :
- ***Les moules d'Espagne farcies peuvent être traitées à cru (sans cuisson à la marinière au préalable).***



Moules farcies

ASSORTIMENT DE COQUILLAGES FARCIS

1. Mettre en place le poste de travail

2. Préparer les coquillages

- Gratter, laver et cuire 1 kg de moules *(voir «Moules farcies»).*
- Laver et ouvrir à cru 1 kg de praires (ôter uniquement la valve supérieure).
- Ouvrir et égoutter une boîte (1/2) d'escargots.

3. Confectionner le beurre bourguignon (dit beurre d'escargot) - *(voir «Moules farcies»)*

4. Farcir les coquillages

- Garnir les moules comme dans la recette de base.
- Remplir les praires avec le beurre bourguignon à l'aide d'une poche munie d'une petite douille.
- Mettre une noisette de beurre au fond des coquilles d'escargots, y glisser un escargot et remplir avec le restant de beurre bourguignon.
- Saupoudrer les coquillages d'un peu de mie de pain.

5. Dresser les coquillages

- Chauffer les escargots au four 1 min.
- Dresser harmonieusement les moules, les praires et les escargots sur les assiettes.
- Gratiner vivement sous la salamandre.
- Servir aussitôt, décorer éventuellement avec un peu de persil en branches.

Matériel de préparation :

- 1 plaque à débarrasser
- 2 grandes calottes
- 2 petites calottes
- 1 grande passoire
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 rondeau haut ou 1 grande russe avec couvercle.

Matériel de dressage :

- assiettes de base ou à entremets
  ou
- petits plats individuels

PLATS SIMILAIRES

Escargots à la bourguignonne

(Choisir de préférence des «dormeurs bouchés»)

- Dégorger, ébouillanter (blanchir) puis décoquiller les escargots. Les pocher dans un court-bouillon corsé composé d'eau, de vin blanc, de carottes, d'oignons, d'échalotes, de céleri en branches, de fenouil, de romarin et d'un fort bouquet garni.
- Stériliser les coquilles durant quelques minutes. Les sécher sans les rafraîchir.
- Garnir les coquilles avec un peu de beurre d'escargot. Introduire les escargots et finir de remplir les coquilles avec le reste du beurre.
- Dresser sur escargotières et chauffer dans un four très chaud (5 à 6 min). Le beurre doit être mousseux.

Gros bulots farcis chablisienne

- Garnir le fond des coquilles d'une réduction d'échalotes ciselées, de vin de Chablis et de glace de poisson.
- Introduire les bulots. Remplir les coquilles avec du beurre d'escargot.
- Chauffer dans un four très chaud.

Moules au gratin «façon rochelaise»

- Ouvrir les moules de bouchots à la marinière.
- Retirer la coquille vide (valve supérieure) des moules et les ranger sans les superposer dans un grand plat sabot.
- Réaliser un velouté de moules avec la cuisson, lui ajouter un peu de sauce hollandaise. Napper soigneusement les moules.
- Saupoudrer de persillade (persil et ail hachés, mie de pain tamisée et fleur de thym). Gratiner à la commande sous la salamandre.



Assortiment de coquillages farcis



Coquilles Saint-Jacques pochées, sauce vin blanc à glacer

COQUILLES SAINT-JACQUES AU GRATIN

Coquilles Saint-Jacques pochées, dressées dans leur coquille avec de la Duxelles de champignons, nappées de sauce vin blanc et glacées à la commande sous la salamandre.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- coquilles Saint-Jacques (16 x 0,250 kg)*	kg	4		
- échalotes	kg	0,040		
- vin blanc	l	0,10		
- fumet de poisson	l	0,50		
- cuisson de champignons	l	PM		
- bouquet garni	pièce	1		
Fumet de poisson				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- oignons	kg	0,080		
- carottes	kg	0,080		
- arêtes de poissons maigres	kg	0,800		
- parures de champignons	kg	PM		
- vin blanc	l	0,10		
- bouquet garni	pièce	1		
- poivre en grains	kg	PM		
Sauce gratin (Duxelles)				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- vin blanc	l	0,10		
- champignons de Paris	kg	0,600		
- persil	kg	0,020		
- sauce vin blanc	l	0,20		
Sauce vin blanc				
- beurre	kg	0,020		
- échalotes grises	kg	0,040		
- vin blanc	l	0,10		
- cuisson des coquilles St-Jacques	l	PM		
- fumet de poisson	l	PM		
- velouté de poisson (facultatif)	l	PM		
- crème	l	0,20		
- beurre	kg	0,050		
Sauce hollandaise				
- œufs (jaunes)	pièce	2		
- beurre	kg	0,125		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
Finition				
- crème fleurette	l	0,10		
Assaisonnement				
- sel		PM		
- poivre du moulin		PM		
** Selon le prix de vente, la quantité des coquilles Saint-Jacques peut être augmentée 24 x 0,250 kg par exemple.*				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***2 h 15 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			***quelques min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer tous les légumes - 20 min
- Eplucher et laver soigneusement les carottes, les oignons et les échalotes.
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil.
- Réaliser deux petits bouquets garnis.
- Ciseler finement 0,120 kg d'échalotes et émincer le reste pour le fumet de poisson.
- Emincer finement les carottes et les oignons en paysanne.

3. Réaliser le fumet de poisson - 15 min *(voir p. 266/267)*

4. Ouvrir les coquilles Saint-Jacques - 15 min *(voir p. 183/184)*
- Les parer, supprimer le nerf et les mettre à dégorger quelques minutes dans de l'eau glacée.

5. Pocher les coquilles Saint-Jacques - 10 min
- Faire suer au beurre les échalotes ciselées.
- (Les franges des coquilles parfaitement nettoyées et dégorgées peuvent être ajoutées à la cuisson).
- Déglacer avec le vin blanc et le réduire de moitié.
- Ajouter le fumet de poisson froid et éventuellement de la cuisson de champignons.
- Ajouter les coquilles Saint-Jacques et un petit bouquet garni.
- Assaisonner et monter progressivement à une température voisine de 80 °C. Finir de pocher les coquilles hors du feu.
- Réserver les coquilles dans leur cuisson (elles doivent rester «transparentes» au centre).

6. Brosser, laver soigneusement et stériliser les coquilles - 10 min
- N'utiliser que les valves creuses.
- Les stériliser dans de l'eau en ébullition ou à la vapeur durant environ 10 min.

7. Réaliser la sauce gratin - 15 min
- Faire suer au beurre les échalotes ciselées.
- Déglacer avec le vin blanc et le laisser réduire.
- Ajouter les champignons hachés.
- Assaisonner et cuire la Duxelles jusqu'à évaporation complète de l'eau des champignons.
- Ajouter le persil haché.

8. Réaliser la sauce vin blanc - 10 min
- Faire suer au beurre les échalotes grises ciselées.
- Déglacer avec le vin blanc et le réduire des 3/4.
- Ajouter la cuisson des coquilles Saint-Jacques et le fumet de poisson.
- Réduire à nouveau, ajouter le velouté (facultatif) et la crème.
- Réduire jusqu'à la consistance nappante et monter la sauce vin blanc au beurre.
- La passer au chinois étamine et vérifier l'assaisonnement.

9. Détendre la Duxelles de champignons - 15 min
- Ajouter un peu de sauce vin blanc à la Duxelles. Réserver à couvert au bain-marie.

10. Terminer la sauce vin blanc à glacer - 15 min
- Confectionner la sauce hollandaise *(voir p. 308).*
- Réaliser la crème fleurette fouettée. La monter sur glace.
- Ajouter très délicatement la sauce hollandaise, puis la crème fouettée à la sauce vin blanc. Réserver.

11. Terminer les coquilles Saint-Jacques au gratin et les glacer - 10 min
- Stabiliser les coquilles (les placer sur une tartelette ou sur un petit cercle à tarte).
- Masquer le fond avec un peu de Duxelles (sauce gratin).
- Escaloper les coquilles Saint-Jacques et les disposer sur la sauce gratin.
- Napper soigneusement avec la sauce vin blanc à glacer.
- Glacer vivement les coquilles Saint-Jacques sous la salamandre.

12. Dresser les coquilles Saint-Jacques - 5 min
- Les disposer sur un grand plat rond recouvert de papier gaufré.
- Placer un bouquet de persil en branches au centre du plat.



Coquilles Saint-Jacques au gratin

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 grandes calottes
- 1 couteau à coquilles Saint-Jacques
- 1 petit bain-marie
- 1 chinois ordinaire
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne
- 3 sauteuses moyennes
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- grands plats ronds
- papier gaufré

PÉTALES DE COQUILLES SAINT-JACQUES À LA JULIENNE DE LÉGUMES ET AU SAFRAN

1. Mettre en place le poste de travail

2. Préparer tous les légumes

- Ciseler 0,025 kg d'échalotes pour la cuisson des coquilles Saint-Jacques.
- Tailler en fine julienne une carotte, un blanc de poireau, 1 petite branche de céleri, 2 beaux champignons de Paris et un peu de vert de courgette.
- Cuire cette julienne à l'étuvée avec 0,050 kg de beurre.

3. Ouvrir les coquilles Saint-Jacques

- Procéder comme pour les *«Coquilles Saint-Jacques au gratin»*.
- Les parer, les faire dégorger, les égoutter et escaloper les plus grosses.

4. Pocher les coquilles Saint-Jacques

- Procéder comme pour les *«Coquilles Saint-Jacques au gratin»*.
- Les maintenir transparentes à cœur.

5. Réaliser la sauce vin blanc

- Procéder comme pour les *«Coquilles Saint-Jacques au gratin»*, en ajoutant quelques filaments de safran pendant la réduction. Tenir la sauce un peu plus liquide.

6. Dresser les coquilles Saint-Jacques

- Disposer les coquilles Saint-Jacques en rosace au milieu de l'assiette.
- Répartir harmonieusement la julienne de légumes bien égouttée.
- Napper soigneusement avec la sauce.
- Décorer avec un fleuron.
- Servir avec du riz pilaf.

PLATS SIMILAIRES

Coquilles Saint-Jacques «façon nantaise»

- Pocher les coquilles Saint-Jacques en les maintenant transparentes à cœur.
- Ouvrir des moules de bouchots à la marinière.
- Cuire à blanc des champignons. Rincer des crevettes roses.
- Réaliser une sauce vin blanc à glacer avec une partie de la cuisson des coquilles additionnée d'un peu de cuisson des moules et des champignons.
- Dresser dans les coquilles, napper et glacer sous la salamandre.

Coquilles Saint-Jacques cherbourgeoise

- Garnir les coquilles Saint-Jacques pochées de queues de crevettes décortiquées, de moules et d'huîtres pochées et ébarbées. Napper de sauce vin blanc à glacer montée au beurre de crevettes. Glacer sous la salamandre.

Coquilles Saint-Jacques parisienne

- Border les coquilles Saint-Jacques d'un petit cordon de pommes duchesse à l'aide d'une poche munie d'une douille cannelée. Dorer à l'œuf et glacer sous la salamandre. Garnir les coquilles des noix de Saint-Jacques pochées et escalopées, de champignons émincés et de truffes hachées. Napper de sauce vin blanc à glacer à l'essence de champignons. Glacer sous la salamandre.

Coquilles Saint-Jacques en coquille lutée

- Ouvrir, parer, rinçer et escaloper les noix et les coraux.
- Garnir les coquilles avec une julienne de légumes étuvée au beurre. Disposer les noix des coquilles et assaisonner. Ajouter une cuillère à soupe de sauce vin blanc et quelques pluches de cerfeuil. Remettre le couvercle sur chaque coquille. Luter (fermer hermétiquement avec une petite bandelette de feuilletage), puis dorer à l'œuf.
- Cuire au four à 220/230 °C durant 7 à 8 min. La coquille doit être cuite lorsque le feuilletage est doré.



Pétales de coquilles Saint-Jacques à la julienne de légumes et au safran



HUÎTRES CHAUDES À LA DUXELLES DE CHAMPIGNONS

Huîtres de pleine mer pochées, dressées dans leur coquille sur un lit de Duxelles de champignons, nappées de sauce vin blanc obtenue à partir du jus de cuisson réduit, crémé, monté au beurre et additionné de sauce hollandaise. Les huîtres sont glacées à la commande sous la salamandre.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- huîtres creuses de pleine mer (Cotentin) calibre G2 ou M3 *(6 par personne minimum)*	pièce	48		
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- vin blanc	l	1		
- fumet de poisson	l	PM		
Fumet de poisson				
- beurre	kg	0,040		
- oignons	kg	0,080		
- échalotes	kg	0,040		
- carottes (facultatif)	kg	0,080		
- arêtes de poissons maigres	kg	0,800		
- vin blanc	l	0,10		
- parures de champignons	kg	PM		
- bouquet garni	pièce	1		
- poivre en grains	kg	PM		
Duxelles				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,080		
- champignons très blancs	kg	0,800		
- crème	l	0,10		
- persil plat	kg	0,040		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
Sauce vin blanc à glacer				
- fumet d'huîtres	l	PM		
- crème	l	0,20		
- beurre	kg	0,050		
Sauce hollandaise				
- œufs (jaunes)	pièce	2		
- beurre	kg	0,125		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
- crème fleurette	l	0,10		
Assaisonnement				
- poivre du moulin		PM		
- piment de Cayenne		PM		
Coût matières pour 8 couverts			…… €	
Coût matières pour 1 couvert			…… €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*2 h*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES HUÎTRES :			*quelques secondes*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Réaliser le fumet de poisson - 15 min *(voir p. 266/268)*

3. Réaliser la Duxelles de champignons - 20 min *(voir p. 316)*
- Citronner les champignons et pratiquer rapidement de manière à obtenir une Duxelles sèche très blanche.
- La crémer en fin de cuisson, la réduire rapidement et la débarrasser à couvert au bain-marie.

4. Ouvrir les huîtres - 20 min *(voir p. 181)*
- Eliminer les éventuels éclats de coquille.
- Réserver leur eau, la laisser reposer, la décanter et la filtrer très soigneusement.

5. Réserver les coquilles inférieures (valves creuses du dessous) et les stériliser - 10 min
- Les laver soigneusement et les plonger dans de l'eau en ébullition durant une dizaine de minutes, sinon les stériliser à la vapeur ou au polycuiseur.

6. Confectionner la sauce hollandaise - 15 min *(voir p. 308)*
La sauce hollandaise est très difficile à réussir en petite quantité. Il est possible de réaliser simplement un sabayon et de monter la sauce vin blanc au beurre, ou d'utiliser 0,120 kg à 0,150 kg de sauce hollandaise terminée.

7. Pocher les huîtres - 5 min
- Faire suer au beurre les échalotes ciselées.
- Déglacer avec le vin blanc et le réduire de moitié.
- Ajouter le fumet refroidi, une partie de l'eau des huîtres (avec toute l'eau des huîtres, la sauce risque d'être trop salée), puis les huîtres.
- Monter progressivement la température de la cuisson à + 75 °C, puis finir de pocher les huîtres hors du feu (à une température supérieure, les huîtres se racornissent).

8. Confectionner la sauce vin blanc à glacer - 15 min
- Passer la cuisson des huîtres à l'étamine, puis la réduire des deux tiers.
- Ajouter la crème et réduire à nouveau (la consistance doit être légèrement nappante).
- Monter la réduction au beurre.
- Ajouter le sabayon ou la sauce hollandaise.
- Monter la crème fouettée.
- L'incorporer délicatement à la sauce vin blanc.

9. Détendre la Duxelles - 5 min
- Lui ajouter le quart de la sauce vin blanc. Vérifier l'assaisonnement.

10. Garnir et glacer les huîtres - 10 min
- Stabiliser les coquilles sur un lit de gros sel.
- Les préchauffer au four durant quelques minutes.
- Les garnir avec un peu de Duxelles.
- Placer une huître sur chaque lit de Duxelles.
- Napper soigneusement.
- Glacer dans un four très chaud (250 à 260 °C).

11. Dresser les huîtres chaudes - 5 min
- Les dresser sur assiettes en rosace à raison de 6 huîtres par personne.
- Selon les assiettes, il est parfois nécessaire de les stabiliser. Dans ce cas, utiliser des algues soigneusement rincées, voire blanchies et rafraîchies, des couronnes de pain de mie frites ou de petits anneaux réalisés en pâte à choux.

REMARQUE : Les huîtres de gros calibre peuvent être ébarbées.



Huîtres chaudes à la Duxelles de champignons

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 1 petite calotte
- 2 petits bain-marie
- 1 petit fouet à sauce
- 2 calottes moyennes
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine
- 1 couteau à huîtres

Matériel de cuisson :

- 2 sauteuses moyennes
- 1 russe moyenne
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- grandes assiettes ou assiettes de base

ROULADES D'HUÎTRES ET SAUMON FRAIS AU POMMEAU

1. Mettre en place le poste de travail

2. Ouvrir 48 huîtres creuses du Cotentin (calibre G2)

- Les réserver dans leur eau soigneusement décantée et filtrée.

3. Préparer le filet de saumon

- Choisir un filet de saumon épais d'1 kg environ.
- Oter toutes les petites arêtes à l'aide d'une pince et supprimer la peau.
- Envelopper le filet dépouillé dans un film en plastique alimentaire et le raffermir en enceinte réfrigérée.

4. Détailler le saumon

- Détailler le filet de saumon en 48 tranches fines d'environ 2 mm d'épaisseur dans le sens de la largeur.

5. Enrober les huîtres

- Les égoutter soigneusement.
- Disposer les «lanières» de saumon sur le plan de travail. Poivrer, ne pas saler.
- Placer une huître sur chaque tranche de saumon et l'enrouler délicatement.
- Beurrer les huîtres à l'aide d'un pinceau et les réserver.

6. Réaliser le beurre au pommeau

- Faire suer au beurre 0,050 kg d'échalotes grises finement ciselées et 0,050 kg de pommes taillées en fine brunoise.
- Déglacer avec 0,05 l de vinaigre de cidre et 0,20 l de pommeau.
- Réduire des 2/3.
- Ajouter 0,20 l d'eau des huîtres et 0,20 l de crème fleurette. Réduire à nouveau jusqu'à la consistance nappante.
- Monter la réduction avec 0,200 kg de beurre extra-fin découpé en petites parcelles.
- Poivrer simplement, ne pas saler.
- Réserver le beurre au pommeau dans un endroit tiède de 45 à 50 °C.

7. Préparer la garniture

- Détailler 0,200 kg de céleri-rave en julienne.
- La citronner et la cuire à l'anglaise en la maintenant légèrement ferme.
- Tailler 0,800 kg de pommes (fruit) en petits bâtonnets (grosse julienne).
- La citronner et la faire sauter rapidement au beurre avec une légère coloration.
- Mélanger délicatement les deux juliennes.

8. Marquer les huîtres en cuisson

- Disposer les huîtres enrobées de saumon sur un grand plat beurré.
- Le placer dans un four très chaud durant 2 min environ ou sous la salamandre. Le saumon doit être juste cuit, légèrement croustillant en surface et les huîtres tièdes à l'intérieur.

9. Dresser les roulades

- Répartir la sauce au fond des assiettes.
- Disposer les huîtres en rosace à raison de 6 pièces par personne.
- Garnir le centre de la rosace avec la julienne de pommes et de céleri.

PLATS SIMILAIRES

Huîtres chaudes florentine

- Garnir les coquilles de jeunes pousses d'épinards sautées au beurre noisette.
- Disposer les huîtres pochées. Napper de sauce vin blanc à glacer.
- Glacer sous la salamandre.

Huîtres chaudes portugaise

- Garnir les coquilles de fondue de tomates détendue à la sauce vin blanc.
- Disposer les huîtres. Napper de sauce vin blanc à glacer.
- Glacer sous la salamandre.

Huîtres chaudes à la fondue d'endives ou de poireaux

- Garnir les coquilles de fondue d'endives ou de poireaux détendue à la sauce vin blanc.
- Disposer les huîtres pochées. Napper de sauce vin blanc à glacer.
- Glacer sous la salamandre.

Huîtres de Blainville en feuille de chou

- Blanchir fortement des feuilles claires de chou de Milan, puis les rafraichir.
- Envelopper chaque huître dans un petit morceau de feuille de chou, leur donner la forme d'un petit baluchon.
- Les cuire au polycuiseur ou à la vapeur durant quelques minutes.
- Dresser sur un fond de sauce vin blanc.



Roulades d'huîtres et saumon frais au pommeau



ÉCREVISSES À LA NAGE

Ecrevisses «châtrées», cuites dans un court-bouillon au vin blanc.
Elles sont servies avec une sauce obtenue à partir de la réduction de la nage émulsionnée avec du beurre.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- écrevisses pattes rouges vivantes (48 x 0,060 kg environ)	**kg**	**2,400 à 3**		
Nage				
- eau	**l**	**2**		
- vin blanc	**l**	**1**		
- fumet de poisson (1)	**l**	**1**		
- carottes	**kg**	**0,500**		
- oignons	**kg**	**0,500**		
- bouquet garni	**pièce**	**1**		
- gros sel	**kg**	**PM**		
- poivre en grains	**kg**	**PM**		
Beurre de nage				
- nage	**l**	**1**		
- beurre extra-fin	**kg**	**0,200**		
Finition				
- persil	**kg**	**0,040**		
Assaisonnement				
- sel fin		**PM**		
- poivre du moulin		**PM**		
- piment de Cayenne		**PM**		
(1) Le fumet de poisson est recommandé ; à défaut, utiliser de l'eau.				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 10 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			***4 à 6 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les éléments de la nage - 15 min
- Court-bouillon dont la garniture aromatique est soigneusement émincée et servie aux clients : rondelles de carottes cannelées, bracelets réguliers d'oignons. *(voir p. 338).*

3. Marquer la nage en cuisson - 5 min
- Dans une grande russe, réunir les carottes cannelées, le vin blanc, le fumet de poisson et le bouquet garni.
- Saler à raison de 0,010 kg à 0,012 kg de gros sel par litre de nage.
- Laisser cuire à faible ébullition durant 15 min environ. Ecumer si nécessaire et ajouter les oignons.
- Laisser cuire à nouveau durant quelques minutes.
- Ajouter quelques grains de poivre et laisser infuser.

4. Préparer les écrevisses - 25 min
- Les faire jeûner durant 2 jours environ dans de l'eau courante très oxygénée, les laver soigneusement, les «châtrer» (extraire le petit boyau noir en arrachant délicatement et en tournant d'un quart de tour l'écaille centrale de la nageoire caudale - le telson) - *(voir p. 179).*

5. Marquer les écrevisses en cuisson - 5 min
- Les plonger immédiatement châtrées dans la nage en ébullition.
- Laisser pocher les écrevisses 4 à 6 min, selon la grosseur.

6. Réaliser le beurre de nage - 10 min
- Filtrer 0,80 l de nage et la réduire des 4/5èmes.
- Monter la réduction avec le beurre découpé en parcelles.
- Vérifier l'assaisonnement.

7. Dresser les écrevisses - 5 min
- Répartir équitablement les écrevisses en timbales ou sur assiettes.
- Placer soigneusement les rondelles de carottes et les bracelets d'oignons.
- Napper avec le beurre de nage.
- Disposer harmonieusement quelques branches de persil blanchies dans la nage.

REMARQUE :
- ***Si les écrevisses pochées ne sont pas destinées à être présentées dans la nage, ne pas canneler les carottes, ni détailler les oignons en bracelets, les émincer simplement.***



Ecrevisses à la nage

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 1 calotte moyenne
- 1 planche à découper
- 1 petit bain-marie
- 1 grande calotte
- 1 mandoline
- 1 petit fouet à sauce

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
- 1 grande sauteuse

Matériel de dressage :

- grands légumiers ou bi-métaux creux
- dessous de plats ronds
- saucières et dessous de saucières
- papier gaufré

PETITE NAGE TIÈDE DE LANGOUSTINES ET DE SAINT-JACQUES AU NOILLY

1. Mettre en place le poste de travail

2. Ouvrir 16 coquilles Saint-Jacques coraillées

- Les parer, les dénerver et les mettre à dégorger.
- Les escaloper si elles sont très épaisses.
- Réserver les franges.

3. Décortiquer 24 belles langoustines

- Broyer ou piler les carapaces.

4. Réaliser le fumet de base

- Faire suer au beurre 0,100 kg de blancs de poireaux, 0,100 kg de champignons, 0,050 kg de blancs de céleri et 0,050 kg d'échalotes émincées.
- Ajouter les carapaces des langoustines et les franges des coquilles Saint-Jacques.
- Mouiller avec 0,50 l de fumet de poisson et ajouter un petit bouquet garni.
- Cuire très lentement durant 15 min.
- Dépouiller et filtrer soigneusement à l'étamine.

5. Réaliser la nage

- Eplucher, laver, canneler et émincer finement en rondelles 0,250 kg de petites carottes de 2 cm de diamètre maximum.
- Mouiller avec le fumet de base et laisser cuire durant une dizaine de minutes.
- Ajouter 0,200 kg de petits oignons blancs taillés en bracelets et cuire à nouveau durant quelques minutes.
- Saler et poivrer.

6. Pocher les langoustines et les coquilles Saint-Jacques

- Les plonger dans la nage en ébullition. Laisser frémir durant 2 min environ.

7. Terminer la nage

- Réduire 0,10 l de Noilly avec 0,40 kg d'échalotes ciselées.
- Ajouter la nage passée au chinois. Réduire à glace, crémer et réduire à nouveau.
- Monter la nage avec 0,150 kg de beurre extra-fin découpé en parcelles.

8. Dresser les langoustines et les coquilles Saint-Jacques

- Les répartir uniformément sur assiettes.
- Disposer harmonieusement les lamelles de carottes et les bracelets d'oignons.
- Napper avec la nage montée au beurre.
- Décorer avec quelques pluches de cerfeuil.

PLATS SIMILAIRES

Crevettes pochées

- Trier les crevettes, éliminer éventuellement les algues et les animaux étrangers aux crevettes (galatées).
- Les cuire dans de l'eau bouillante fortement salée à raison de 0,025 kg à 0,030 kg de gros sel par litre d'eau, avec poivre, thym et laurier, ou les pocher directement dans de l'eau de mer filtrée et stérilisée U.H.T.
- Faire reprendre l'ébullition le plus rapidement possible.
- Egoutter immédiatement et étaler les crevettes sur un linge pour les refroidir légèrement.
- Servir tièdes avec du pain de campagne et du beurre demi-sel.

Langoustes et homards pochés

- Les brosser soigneusement. S'ils sont destinés à être présentés en «bellevue», les fixer allongés sur une planchette et les pocher à l'eau bouillante salée à raison de 0,015 kg de gros sel par litre d'eau additionnée de poivre, thym, laurier et d'un filet de vinaigre.
- Prévoir 20 min de cuisson pour une langouste ou un homard d'1 kg.
- Les égoutter sitôt la cuisson terminée et les saigner à l'extrémité du rostre et de la queue.

REMARQUE : Certains professionnels pochent les homards et les langoustes dans un véritable court-bouillon additionné de carottes et d'oignons (exemple : demoiselles de Cherbourg à la nage).



Petite nage tiède de langoustines et de coquilles Saint-Jacques au Noilly



«Ragoût» de fruits de mer, sauce américaine crémée

PILAF DE FRUITS DE MER

Mélange de fruits de mer cuits séparément (moules, queues de langoustines, coquilles Saint-Jacques, queues de crevettes) et de champignons, lié avec de la sauce américaine crémée, présenté dans une couronne de riz pilaf.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- coquilles Saint-Jacques (8 x 0,250 kg)	kg	2		
- beurre	kg	0,020		
- échalotes grises	kg	0,040		
- vin blanc	l	0,10		
- fumet de poisson	l	0,20		
- bouquet garni	pièce	1		
- langoustines (16 x 0,050 kg)	kg	0,800		
- vinaigre	l	0,02		
- thym et laurier	pièce	PM		
- moules	kg	0,800		
- beurre	kg	0,020		
- échalotes	kg	0,040		
- vin blanc	l	0,10		
- persil	kg	0,020		
- crevettes décortiquées	kg	0,160		
- champignons de Paris	kg	0,250		
- beurre	kg	0,050		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
Sauce américaine				
- huile d'olive	l	0,02		
- beurre	kg	0,020		
- carapaces de langoustines	kg	PM		
- étrilles, tourteaux	kg	0,800		
- oignons	kg	0,080		
- carottes	kg	0,080		
- échalotes	kg	0,040		
- cognac	l	0,05		
- vin blanc	l	0,10		
- arêtes de poissons	kg	0,800		
ou fumet de poisson	l	1,5		
- tomates	kg	0,400		
- concentré de tomate	kg	0,040		
- ail (4 gousses)	kg	0,020		
- bouquet garni	pièce	1		
- estragon	botte	1/4		
Roux blond ou beurre manié				
- beurre	kg	0,040		
- farine	kg	0,040		
Finition				
- crème	l	0,20		
- beurre	kg	0,040		
- estragon	botte	1/6		
- cerfeuil	botte	1/6		
- cognac	l	PM		
- beurre	kg	0,020		
Riz pilaf				
- beurre	kg	0,080		
- oignons	kg	0,160		
- riz long	kg	0,400		
- bouquet garni	pièce	1		
- beurre	kg	0,040		
Assaisonnement				
- gros sel, sel fin		PM		
- poivre du moulin, piment de Cayenne		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***2 h 05 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : du riz			***17 à 19 min***	
des langoustines			***1 à 2 min***	
des coquilles St-Jacques			***4 à 6 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Eplucher et laver les légumes des garnitures aromatiques - 15 min
- Ciseler finement les échalotes.
- Tailler en fine brunoise les carottes et les oignons (petits dés).
- Confectionner 3 petits bouquets garnis.
- Concasser les tomates.

3. Préparer les garnitures - 45 min

Coquilles Saint-Jacques *(voir p. 183/184)*

Langoustines
- Laver et pocher les langoustines dans de l'eau bouillante fortement salée et additionnée de vinaigre, d'un peu de thym et de laurier.
- Les laisser cuire pendant 1 à 2 min à partir de la reprise de l'ébullition, puis les égoutter et en décortiquer seulement la moitié.
- Réserver la 2ème moitié pour le décor du plat.

Moules
- Gratter, nettoyer, et laver soigneusement les moules, les marquer en cuisson avec un peu de vin blanc, de l'échalote ciselée et du poivre du moulin.
- Réserver les moules décortiquées et ébarbées dans leur cuisson décantée.

Champignons
- Eplucher, laver et escaloper les champignons.
- Les marquer en cuisson dans un peu d'eau bouillante salée, avec un peu de beurre et le jus d'un demi-citron.

Marquer les coquilles Saint-Jacques en cuisson
- Les cuire avec un peu d'eau, du vin blanc, de l'échalote ciselée et le bouquet garni.
- Saler et poivrer, puis atteindre progressivement une température voisine de 80 °C et finir de les pocher hors du feu.
- Réserver les coquilles dans leur cuisson.

4. Réaliser la sauce américaine - 30 min *(voir p. 292/295)*

5. Marquer le riz pilaf en cuisson - 10 min *(voir p. 379/380)*

6. Terminer la sauce américaine - 10 min
- Passer le fond de sauce au chinois en foulant fortement.
- Ajouter une partie de la cuisson des moules, des coquilles et des champignons.
- Réduire l'ensemble de moitié.
- Lier la sauce soit avec un roux blond, soit avec un peu de beurre manié.
- Laisser cuire à nouveau pendant une dizaine de minutes.
- Crémer et laisser réduire légèrement.
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Passer la sauce au chinois étamine.
- Tamponner en surface, puis réserver à couvert la sauce américaine au bain-marie.

7. Terminer la garniture - 5 min
- Egoutter soigneusement tous les éléments de la garniture.
- Réunir dans une sauteuse les coquilles Saint-Jacques escalopées, les queues de langoustines, les moules, les crevettes et les champignons.
- Etuver l'ensemble avec un peu de beurre. Ajouter un filet de cognac.
- Ajouter les 3/4 de la sauce américaine.
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.

8. Dresser le pilaf de fruits de mer - 5 min
- Emplir de riz pilaf un moule à savarin beurré.
- Tasser légèrement, puis le démouler sur un grand plat rond.
- Remplir le centre avec la garniture de fruits de mer.
- Verser régulièrement un cordon de sauce américaine tout autour du riz.
- Disposer harmonieusement les langoustines troussées et lustrées.
- Dresser si nécessaire un complément de garniture et de sauce américaine en saucière.



Pilaf de fruits de mer

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 pilon
- 1 chinois étamine
- 3 grandes calottes
- 1 planche à découper
- 1 chinois ordinaire
- 1 bain-marie

Matériel de cuisson :

- 1 rondeau plat ou 1 grande sauteuse
- 1 sauteuse moyenne
- 2 petites sauteuses
- 1 sautoir moyen avec couvercle

Matériel de dressage :

- grands plats ronds

ou

- assiettes de base

PETIT RAGOÛT D'ÉCREVISSES ET CHAMPIGNONS SAUVAGES AU GRATIN

1. Mettre en place le poste de travail

2 Réaliser la sauce Nantua

- Laver, brosser et châtrer 1 kg d'écrevisses.
- Les faire revenir vivement au beurre clarifié.
- Ajouter 0,100 kg de carottes, 0,100 kg d'oignons et 0,050 kg d'échalotes taillés en brunoise.
- Faire suer durant quelques minutes.
- Flamber avec 0,05 l de cognac. Déglacer avec 0,20 l de vin blanc et le réduire de 2/3.
- Mouiller avec 0,80 l de fumet de poisson.
- Ajouter 0,400 kg de tomates concassées, 0,040 kg de concentré de tomate et un bouquet garni.
- Assaisonner et porter à ébullition.
- Ecumer et laisser cuire les écrevisses durant 4 à 5 min selon leur grosseur.

3. Egoutter et décortiquer les écrevisses

- Réserver quelques coffres pour la présentation.
- Broyer ou piler le reste des carapaces et le remettre en cuisson dans le fond de sauce Nantua durant environ 15 min.

4. Terminer la sauce Nantua à glacer

- Passer le fond de sauce Nantua au chinois ordinaire en foulant fortement.
- Le laisser réduire et ajouter 0,20 l de velouté de poisson et 0,20 l de crème.
- Réduire à nouveau et ajouter hors du feu 0,125 kg de sauce hollandaise et 0,10 l de crème fouettée.
- Vérifier l'assaisonnement.

5. Préparer 0,600 kg de champignons sauvages (chanterelles, girolles, cèpes, morilles,...)

- Les nettoyer soigneusement, les escaloper et les faire sauter au beurre avec 0,040 kg d'échalotes ciselées.

6. Terminer le petit ragoût d'écrevisses et de champignons

- Suer au beurre les queues d'écrevisses.
- Le flamber avec un peu de cognac ou de fine champagne.
- Ajouter les champignons et la moitié de la sauce Nantua.
- Laisser frémir durant quelques minutes sur le côté du fourneau.

7. Dresser et glacer le ragoût d'écrevisses et de champignons sauvages

- Répartir équitablement les queues d'écrevisses et les champignons sur des assiettes ou sur des petits plats à gratin individuels.
- Napper soigneusement avec le reste de la sauce.
- Glacer sous la salamandre.
- Disposer harmonieusement sur le bord des assiettes quelques coffres d'écrevisses lustrés.

PLATS SIMILAIRES

Turban de riz pilaf aux fruits de mer, sauce vin blanc

- Préparation analogue au pilaf de fruits de mer ci-contre. Remplacer la sauce américaine par de la sauce vin blanc réalisée à partir de fumet de poisson, de cuisson de moules et de champignons et de cuisson de coquilles Saint-Jacques.

Fettucines aux fruits de mer

- Lier les fettucines à la sauce américaine crémée, et les garnir d'un ragoût de fruits de mer traité comme ci-contre (peut se réaliser avec de la sauce vin blanc).

Bouchées ou feuilletés divers aux fruits de mer

- Garnir les bouchées ou les feuilletés avec un ragoût de fruits de mer lié à la sauce américaine crémée ou à la sauce vin blanc.

REMARQUE : Toutes ces préparations peuvent comporter d'autres fruits de mer (coques, clovisses, praires, palourdes, ouassous, lambis,...).



Petit ragoût d'écrevisses et champignons sauvages au gratin



▲
Petite nage tiède de langoustines et de coquilles Saint-Jacques au Noilly



▲
Petit ragoût d'écrevisses
et champignons sauvages au gratin



▲
Pilaf de fruits de mer

LES VIANDES POCHÉES



Bref rappel de technologie

Pocher consiste à cuire par immersion dans un liquide (eau, fond blanc, bouillon). Le liquide est le plus souvent froid au départ afin de provoquer un échange entre la pièce de viande et le liquide de cuisson. Celui-ci s'enrichit en substances nutritives et aromatiques et est utilisé pour la réalisation de la sauce.

Les pertes en éléments sapides de la viande sont fonction du degré de concentration du liquide de cuisson, pour conserver le maximum de saveur à la viande, il est préférable de la cuire dans un fond corsé plutôt que dans de l'eau.



Pot-au-feu





Techniques mises en œuvre

- **Marquer un fond blanc de veau**
- **Marquer un fond blanc de volaille**
- **Marquer une marmite (bouillon de pot-au-feu)**
- **Marquer un velouté**
- **Réaliser une liaison aux jaunes d'œufs et à la crème**
- **Blanchir des viandes**
- **Habiller et brider des volailles**
- **Clouter et caraméliser des oignons**
- **Tourner des légumes**
- **Cuire des légumes à l'anglaise**



Blanquette de dinde aux petits légumes



Blanquette d'agneau aux concombres

Suggestions de garnitures d'accompagnement



- **Légumes tournés, étuvés ou cuits à l'anglaise (carottes, navets, poireaux, céleri, pommes de terre, ...).**
- **Riz créole, pilaf, rizotto.**
- **Purée de légumes, lentilles au beurre.**



POT-AU-FEU

Différents morceaux de bœuf cuits longuement dans un fond blanc corsé (marmite ou bouillon), servis avec la garniture de légumes aromatiques de la cuisson (carottes, navets, poireaux, céleri, panais, pommes de terre), agrémentés de rondelles de moelle pochées et de divers condiments (gros sel, cornichons, moutarde) et sauces (raifort, tomate, ravigote).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- jumeau	kg	0,400		
- gîte-gîte	kg	0,400		
- macreuse	kg	0,800		
- plat de côtes	kg	0,800		
- queue de bœuf tronçonnée	kg	0,800		
- os de bœuf	kg	1,5		
- os à moelle	tronçon	8		
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- clous de girofle	pièce	2		
- poireaux	kg	0,200		
- céleri en branches	kg	0,100		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail	gousse	2		
Garniture d'accompagnement				
- carottes	kg	0,800		
- navets	kg	0,800		
- panais de Guernesey	kg	0,400		
- blancs de poireaux	kg	0,400		
- céleri en branches ou rave	kg	0,400		
- pommes de terre à chair ferme	kg	1		
- choux de Milan (facultatif)	kg	PM		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Condiments				
- gros sel		PM		
- moutardes		PM		
- cornichons		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***2 h***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			***3 h à 3 h 30 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 269 à 271)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Concasser et blanchir les os de bœuf - 10 min
- Couvrir d'eau froide, porter à ébullition.
- Ecumer soigneusement et rafraîchir.

3. Eplucher et laver tous les légumes - 20 min

4. Préparer les légumes de la garniture aromatique - 5 min
- Tronçonner les carottes si elles sont très grosses, sinon les laisser entières.
- Couper transversalement les oignons et les faire colorer sur la plaque du fourneau *(voir p. 270).*
- Clouter, côté talon, un oignon avec 2 clous de girofle.
- Confectionner un bouquet garni avec les queues de persil, le thym, le laurier, les poireaux et le céleri en branches (utiliser la partie verte des feuilles).

5. Réaliser un fond de cuisson (bouillon d'os) - 15 min
- Placer les os blanchis dans une grande marmite.
- Les couvrir avec 4 à 5 l d'eau froide et porter à ébullition.
- Ecumer, saler, poivrer et ajouter la garniture aromatique.
- Cuire très lentement durant 1 h environ.

6. Préparer les viandes du pot-au-feu - 20 min
- Parer, dégraisser si nécessaire et ficeler les morceaux de viande.

7. Dégorger les os à moelle - 5 min
- Les placer dans une calotte avec de l'eau glacée vinaigrée.
- Les réserver en enceinte réfrigérée.

8. Marquer le pot-au-feu en cuisson - 5 min
- Plonger les viandes dans le fond bouillant par ordre de durée de cuisson.
- Maintenir constamment la cuisson **à feu très doux et régulier** durant 3 h à 3 h 30 min (parfois plus).
- Ecumer fréquemment et dégraisser si nécessaire. La marmite (bouillon de pot-au-feu) doit rester parfaitement limpide et légèrement ambrée.

9. Préparer les légumes de la garniture d'accompagnement - 20 min
- Tourner, rincer et réserver les pommes de terre dans un petit bahut avec de l'eau froide.
- Tourner les carottes, les navets (suivant la période de l'année, il est possible de les blanchir) et les panais.
- Supprimer les «fils» (effilandrer) et tronçonner le céleri en branches.
- Eliminer le vert et tronçonner les blancs de poireaux.

10. Marquer les légumes en cuisson - 10 min
(30 min avant la fin de la cuisson de la viande)
- Prélever un peu de bouillon de pot-au-feu et cuire séparément les légumes dans cette cuisson.
- Cuire les pommes de terre à l'anglaise, démarrer la cuisson à l'eau froide, saler au gros sel et écumer si nécessaire.

11. Pocher les os à moelle - 5 min
- 10 min avant de servir le pot-au-feu, appliquer quelques grains de gros sel aux extrémités des os à moelle, les enfermer dans une mousseline (gaz stérile) et les pocher séparément dans un peu de bouillon du pot-au-feu.

12. S'assurer de la cuisson de la viande et des légumes

13. Dresser le pot-au-feu - 5 min
- Couper la viande en tranches épaisses et la dresser dans un grand plat creux.
- Disposer harmonieusement les légumes par bouquets autour de la viande en variant les couleurs.
- Intercaler la moelle avec les os à moelle ou la dégager, la tronçonner et la disposer sur chaque tranche de viande.
- Arroser de bouillon de pot-au-feu parfaitement dégraissé.
- Placer le plat sur un dessous de plat recouvert d'un papier gaufré.



Pot-au-feu

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 4 petites calottes
- 1 bahut
- 1 planche à découper
- 1 passoire à queue
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 grand rondeau haut ou 1 marmite
- 5 russes moyennes

Matériel de dressage :

- plats longs creux bi-métal ou plats sabots
- dessous de plats longs
- papier gaufré

PLATS SIMILAIRES

Pot-au-feu béarnaise

- Ajouter au pot-au-feu ci-contre une poule farcie avec une farce composée de chair de porc, de jambon de Bayonne haché, de foies de volailles, d'oignons, d'ail, de persil et de mie de pain liée aux œufs.

Pot-au-feu albigeois

- Ajouter au pot-au-feu ci-contre un jarret de veau, un morceau de jambon de pays dessalé et des quartiers de confit d'oie.

Gigot d'agneau poché à l'anglaise, caper's sauce

- Gigot préparé et cuit dans du fond blanc de bœuf corsé (30 min par kg). Servir avec une sauce composée de 0,50 l de velouté léger réalisé avec le fond additionné de 0,10 l de crème liquide et 0,125 kg de câpres concassées.

Canard salé en pot-au-feu, sauce raifort

- Cuisses de canard mises en saumure (eau, sucre, dextrose, sel nitrité, gros sel, décoction de thym, laurier et sauge) durant 48 h.
- Les rincer puis les pocher dans un fond brun de canard réalisé avec des carcasses.
- Les dépouiller puis les servir avec les légumes traditionnels du pot-au-feu et une sauce raifort.

REMARQUES :

- *Cette méthode constitue l'une des nombreuses bases du pot-au-feu. Classiquement, le pot-au-feu se prépare uniquement avec du bœuf. Néanmoins, selon les régions, il est fréquent d'y ajouter du veau (jarrets, langues), du porc (demi-sel et blanchi), du mouton (épaule, gigot), de la volaille (poule, dinde, cane, confit d'oie), du saucisson à cuire (Morteau ou cervelas truffé). Ces viandes sont ajoutées progressivement selon leur durée de cuisson. On sert en accompagnement : du gros sel et du poivre du moulin, plusieurs sortes de moutarde, des cornichons, des pickles, de la criste-marine, de la sauce tomate ou une sauce raifort chaude (roux blond, mouiller avec la marmite, raifort râpé crémé et jus de citron).*
- *Le bouillon de pot-au-feu clarifié constitue la base des consommés et des gelées. Les restes de viandes peuvent être utilisés pour réaliser des salades composées (bouchère), du hachis Parmentier et des farces diverses pour légumes farcis.*

FILET DE BŒUF À LA FICELLE

1. Préparer les tournedos *(voir p. 222)*
- Parer 1,800 kg de cœur de filet et y découper 8 tournedos réguliers.
- Les maintenir par un croisillon de ficelle et la laisser dépasser de 10 cm.

2. Préparer les légumes
- Eplucher et laver 0,500 kg de carottes, 0,300 kg de navets, 0,400 kg de poireaux, 0,150 kg de haricots verts et 0,150 kg de céleri en branches.
- Tailler tous les légumes en longs bâtonnets de l'épaisseur des haricots verts et les cuire séparément à l'anglaise.

3. Cuire la viande
- Ajouter les légumes dans 1,50 l de consommé de bœuf corsé.
- Laisser frémir durant 5 min.
- Y faire cuire les tournedos de 5 à 10 min suivant l'appoint de cuisson désiré.

4. Dresser les tournedos
- Disposer les tournedos dans des assiettes creuses en laissant dépasser la ficelle sur le bord.
- Les napper à mi-hauteur avec le consommé et les légumes.
- Disposer une lamelle de moelle sur chaque tournedos.

REMARQUE : *Peut s'accompagner d'une sauce à base de crème fouettée additionnée de raifort râpé et de jus de citron.*



Filet de bœuf à la ficelle



BLANQUETTE DE VEAU À L'ANCIENNE

Morceaux d'épaule de veau pochés dans du fond blanc, servis dans une sauce réalisée avec le liquide de cuisson lié avec de la crème et des jaunes d'œufs. La garniture se compose de petits oignons glacés à blanc et de petits champignons cuits à blanc.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : riz créole, pilaf, rizotto aux champignons ; pâtes fraîches ; petits légumes tournés et glacés.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- épaule ou collier de veau morceaux sans os de 0,050 kg (éventuellement tendrons et flanchet)	kg	1,400 à 1,600		
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- clous de girofle	pièce	2		
- blancs de poireaux	kg	0,200		
- céleri en branches	kg	0,100		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail (facultatif)	gousse	2		
Mouillement				
- fond blanc de veau	l	2		
Velouté				
- beurre	kg	0,060		
- farine	kg	0,060		
- fond blanc de cuisson	l	1		
- crème épaisse	l	0,20		
- œufs (2 jaunes)	kg	0,040		
Garniture à l'ancienne				
- champignons de Paris	kg	0,250		
- beurre	kg	0,020		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
- petits oignons	kg	0,250		
- beurre	kg	0,020		
- sucre semoule	kg	PM		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre blanc		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 25 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*40 à 50 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 360 à 362)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer la viande - 5 min
- Vérifier, parer et dégraisser les morceaux si nécessaire.

3. Blanchir la viande - 5 min
- Placer les morceaux dans une russe et mouiller à l'eau froide.
- Porter à ébullition et blanchir durant quelques minutes.
- Ecumer soigneusement, puis rafraîchir et égoutter les morceaux.
- Rincer et réserver la russe pour la cuisson.

4. Préparer la garniture aromatique - 15 min
- Eplucher et laver soigneusement les carottes, les oignons, les poireaux, le céleri, les tiges de persil et les gousses d'ail.
- Tailler les carottes en gros bâtonnets et les oignons en quartiers.
- Clouter, côté talon, un oignon avec 2 clous de girofle.
- Confectionner le bouquet garni avec les tiges de persil, le thym, le laurier, les poireaux et le céleri.

5. Marquer la blanquette en cuisson - 5 min
- Placer les morceaux de viande blanchis dans la russe.
- Mouiller avec du fond blanc de veau à 2 ou 3 cm au-dessus des morceaux (à défaut de fond blanc, mouiller avec de l'eau froide).
- Saler au gros sel et porter à ébullition.
- Ecumer soigneusement et ajouter la garniture aromatique.
- Cuire doucement et à couvert durant 40 à 50 min.

6. Réaliser le roux blanc et le refroidir rapidement - 5 min

7. Préparer la garniture à l'ancienne - 20 min
- Eplucher les petits oignons et les glacer à blanc *(voir p. 112 et 397).*
- Eplucher, laver et escaloper les champignons.
- Les marquer en cuisson à blanc et à couvert avec un peu d'eau bouillante salée, 0,020 kg de beurre et le jus d'un demi-citron.

8. Décanter la viande et confectionner le velouté - 10 min
- S'assurer de la cuisson de la viande, puis la décanter dans un bahut en acier inoxydable.
- Passer le fond de la cuisson sans fouler au chinois étamine.
- Verser un litre de fond bouillant sur le roux froid, 0,10 l de cuisson des champignons et remuer jusqu'à la reprise de l'ébullition à l'aide d'un petit fouet.
- Laisser cuire doucement le velouté durant environ 10 min.

9. Préparer la liaison - 5 min *(voir p. 282 à 285)*
- Clarifier les œufs et mélanger les jaunes à la crème.

10. Terminer la sauce de la blanquette - 5 min
- Ajouter progressivement hors du feu la liaison au velouté.
- Remuer à l'aide d'un fouet à sauce et remettre à bouillir durant quelques secondes.
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Passer la sauce au chinois étamine sur les morceaux de viande.
- Ajouter les champignons bien égouttés et les petits oignons.
- Réserver la blanquette à couvert au bain-marie.

11. Dresser la blanquette - 5 min
- Dresser la blanquette légèrement en dôme dans le légumier.
- Répartir la garniture sur le dessus et napper sans excès avec la sauce.


Blanquette de veau à l'ancienne

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 3 petites calottes
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine
- 1 grande calotte
- 1 bahut
- 1 passoire à queue

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe ou 1 rondeau haut avec couvercle
- 2 petites sauteuses
- 1 sauteuse moyenne

Matériel de dressage :

- légumiers
- dessous de plats ronds
- papier gaufré

BLANQUETTE DE DINDONNEAU AUX PRIMEURS

1. Réaliser une blanquette selon la recette de base ci-contre

- Utiliser 1,600 kg de rouelles de dindonneau.

2. Les marquer en cuisson comme ci-contre

- Mouiller au fond blanc de volaille et ajouter la garniture aromatique.
- Laisser cuire une quarantaine de minutes.

3. Réaliser le velouté

4. Préparer la garniture d'accompagnement

- Couper 0,800 kg de courgettes en tronçons de 4 cm de long et les tourner.
- Eplucher, laver et tourner 0,800 kg de carottes.
- Eplucher, laver et tourner 0,800 kg de navets.
- Glacer séparément tous ces éléments à blanc.
- Eplucher, laver et cuire 24 petites têtes de champignons avec un peu d'eau salée, du jus de citron, et un petit morceau de beurre.

5. Dresser la blanquette

- Disposer les rouelles de dindonneau dans les assiettes.
- Poser une tête de champignon sur chacune et napper le tout de sauce.
- Disposer harmonieusement les légumes tout autour.

PLATS SIMILAIRES

Blanquette d'agneau aux courgettes et aux concombres

- Réaliser la blanquette avec 1,600 kg d'épaule et de collier d'agneau.
- Après l'avoir décantée et liée à la crème et aux jaunes d'œufs, ajouter des concombres et des courgettes tournés et glacés à blanc.

Blanquette de lapereau au safran

- Réaliser une blanquette de lapereau parfumée au safran.
- Saupoudrer d'une fine brunoise de poivrons multicolores étuvés au beurre.

Blanquette de volaille au céleri

- Réaliser une blanquette avec des blancs de volaille, ajouter après la double liaison des tronçons de céleri branches finement blanchis et étuvés.

REMARQUE : La technique de réalisation de la blanquette peut s'appliquer à des poissons à chair ferme (lotte, hâ, requin, roussette...).


Blanquette de dindonneau aux primeurs



TRAVERS DE PORC LAQUÉ AU MIEL ET AU GINGEMBRE

Travers de porc poché dans un fond blanc, mariné et caramélisé avec une sauce au miel, au gingembre et aux épices.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : purée de pommes de terre, patates douces, potimarron, pommes macaire, arlie, sous la cendre, Biarritz.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Elément de base				
- travers de porc frais	kg	2		
Fond blanc				
- eau	l	PM		
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- céleri en branches	kg	0,100		
- blancs de poireaux	kg	0,200		
- bouquet garni	P	1		
- clous de girofle	P	PM		
ou				
- fond blanc déshydraté	kg	0,160		
Marinade				
- miel toutes fleurs	kg	0,040		
- oranges (2 pièces)	kg	0,400		
- gingembre frais	kg	0,040		
- quatre-épices (f)	kg	PM		
- cardamome (f)	kg	PM		
- gingembre poudre	kg	0,005		
- fond blanc de la cuisson des travers	l	1		
Finition de la sauce				
- marinade	l	PM		
- fond brun de veau lié et tomaté	l	0,50		
ou				
- fond brun lié déshydraté	kg	0,040		
- tomato ketchup	l	0,10		
- moutarde blanche	kg	0,20		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*1 h 20 à 1 h 30 min*	



Travers de porc laqué au miel et au gingembre

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Blanchir les morceaux de travers - 5 min
- Les parer puis les détailler à raison de deux à trois morceaux par personne.
- Les plonger dans l'eau froide et les blanchir durant 2 à 3 min. Ecumer si nécessaire, les rafraîchir puis les égoutter.

3. Marquer les travers en cuisson - 10 min
- Les pocher dans un fond blanc *(voir p. 264/266).*
- Saler au gros sel, écumer et laisser frémir durant 1 h 20 à 1 h 30 min.

4. Préparer les zestes d'oranges et le gingembre - 10 min
- Lever les zestes des oranges et réserver le jus.
- Eplucher et tailler le gingembre en julienne fine.
- Blanchir les zestes d'oranges et la julienne de gingembre.

5. Réaliser la base de la sauce et mettre les travers de porc en marinade - 10 min
- Réaliser un caramel blond avec le miel.
- Déglacer avec le jus d'orange.
- Ajouter les zestes d'oranges, la julienne de gingembre et les épices.
- Verser 1 litre de la cuisson des travers.
- Laisser refroidir rapidement.
- Ranger les travers dans une plaque et les recouvrir avec la marinade.
- Filmer et réserver les travers en enceinte réfrigérée durant quelques heures.

6. Terminer la sauce des travers - 10 min
- Les égoutter et verser la marinade dans une grande sauteuse, la réduire et la lier avec le fond brun de veau lié ou le fond brun déshydraté.
- Réduire à nouveau.
- Ajouter le tomato ketchup et une pointe de moutarde.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Passer la sauce au chinois étamine et la réserver au bain-marie à couvert, à plus de + 63 °C.

7. Glacer les travers - 6 min
- Les glacer sous la salamandre en les arrosant sans discontinuer avec la sauce. Ils doivent être bien caramélisés et brillants.

8. Dresser les travers de porc - 4 min
- Les dresser sur un grand plat long en les chevauchant légèrement.
- Passer le plat à l'entrée du four.
- Napper avec le reste de la sauce.

VIANDES RÔTIES ET VIANDES POÊLÉES



Bref rappel de technologie

Rôtir consiste à cuire des pièces de viandes tendres provenant d'animaux jeunes, à découvert dans un four ou à la broche avec un peu de matière grasse. Les viandes rouges sont généralement servies saignantes (bœuf) ou rosées pour l'agneau. Les viandes blanches doivent être bien cuites (porc).

Poêler s'applique plus précisément à de grosses pièces de viandes blanches qui risqueraient de sécher si elles étaient rôties (noix, carré de veau). Elles sont cuites à couvert dans une cocotte sur un lit de garniture aromatique.

Dans un cas comme dans l'autre, il ne faut pas déglacer les sucs en cours de cuisson. Le jus de rôti ou le fond de poêlage est toujours réalisé après cuisson par déglaçage. Les jus de rôti sont clairs (sans liaison), les fonds de poêlage sont légèrement liés et corsés.



Contre-filet rôti



Carré de veau poêlé bruxelloise



Techniques mises en œuvre

- **Habiller un carré de porc**
- **Habiller un carré d'agneau**
- **Préparer un contre-filet de veau**
- **Préparer un filet de bœuf**
- **Préparer un gigot d'agneau**
- **Préparer une selle anglaise**
- **Rôtir une viande rouge**
- **Rôtir une viande blanche**
- **Poêler une viande blanche**
- **Réaliser un jus de rôti**
- **Réaliser un fond de poêlage**
- **Glacer un poêlé**
- **Réaliser un persillage**
- **Trier, laver et réserver du cresson**



Carré d'agneau aux primeurs



Contre-filet rôti fleuriste

Garnitures d'accompagnement conseillées



Viandes rouges rôties :
jardinière, bouquetière, timbale de légumes, pommes sèches traitées à la friture, gratin de pommes de terre...

Viandes blanches rôties :
choux-fleurs, brocolis, romanesco, choux de Bruxelles, carottes, petits pois, pâtes au beurre.

Viandes poêlées :
légumes correspondant à l'appellation...



CONTRE-FILETS RÔTIS, JARDINIÈRE DE LÉGUMES

Pièce dorsale de bœuf particulièrement tendre, rôtie et servie avec un assortiment de légumes cuits à l'anglaise et étuvés au beurre, et le jus de rôti.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : haricots verts, légumes mélangés (bouquetière, timbale de primeurs) ; pommes sèches traitées à la friture (pommes allumettes) ; gratin de pommes de terre, dauphinois.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- contre-filets non parés	kg	2		
- beurre	kg	0,040		
ou				
- huile	l	0,04		
Jus de rôti				
- carottes (parures)	kg	PM		
- oignons	kg	0,080		
- thym, laurier	kg	PM		
- fond brun clair	l	0,40		
Finition				
- beurre	kg	0,040		
- cresson	botte	1/2		
Garniture proposée				
- carottes	kg	0,800		
- navets	kg	0,800		
- petits pois écossés extra-fins frais ou surgelés	kg	0,200		
- haricots verts extra-fins frais ou surgelés	kg	0,200		
- beurre	kg	0,080		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 35 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON (selon l'épaisseur de la pièce) :			*20 à 25 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer le contre-filet - 10 min *(voir p. 223/224)*
- Réserver le contre-filet et les parures maigres en enceinte réfrigérée.

3. Préparer les légumes - 30 min
- Eplucher, laver et tailler les carottes et les navets en bâtonnets de 3,5 cm à 4 cm de long sur 3,5 à 4 mm de section *(voir p. 54/55 et 107 à 109)*, et réserver 0,080 kg de parures de carottes pour la garniture aromatique du jus de rôti.
- Effiler, laver et tailler les haricots verts en tronçons de 3,5 à 4 cm de longueur.
- Ecosser et laver les petits pois.

4. Marquer les légumes en cuisson - 10 min
- Cuire à l'anglaise les légumes séparément, les rafraîchir puis les égoutter.

5. Marquer le contre-filet en cuisson - 5 min *(voir p. 432/433)*
- Assaisonner le contre-filet.
- Le placer sur ses parures dans une plaque à rôtir de grandeur appropriée ou dans un sautoir.
- Arroser de beurre fondu ou d'huile.
- Saisir à four très chaud (240 à 250 °C) pendant une dizaine de minutes puis terminer la cuisson à 200 °C pendant 20 à 25 min environ (suivant l'épaisseur de la viande).

6. Préparer la garniture aromatique - 5 min
- Eplucher, laver et tailler l'oignon en brunoise (petits dés) et lui ajouter les parures de carottes.

7. Laver, trier et équeuter le cresson - 5 min
- Le réserver dans une plaque avec un peu d'eau.

8. Vérifier la cuisson et débarrasser le contre-filet - 5 min
- Le réserver au chaud sur une plaque munie d'une grille.

9. Confectionner le jus de rôti - 10 min *(voir p. 433/434)*
- Mettre la garniture aromatique dans la plaque de cuisson et faire pincer les sucs si nécessaire.
- Dégraisser, puis déglacer à l'eau ou au fond brun de veau non lié.
- Ajouter un peu de thym et de laurier.
- Laisser réduire, puis vérifier l'assaisonnement.
- Passer le jus de rôti au chinois étamine et le réserver à couvert au bain-marie à une température supérieure à + 63 °C.

10. Chauffer la jardinière de légumes - 5 min
- Plonger les légumes quelques secondes dans une chauffante bouillante et salée, puis les lier délicatement au beurre ou placer la jardinière dans une sauteuse avec le beurre et l'assaisonnement puis l'étuver à couvert dans un four doux (180 °C) pendant environ 10 min.

11. Dresser le contre-filet et la jardinière - 5 min
- Déficeler le contre-filet.
- Le chauffer à l'entrée du four si nécessaire (il est parfois d'usage de supprimer l'entame).
- Verser un peu de jus de rôti au fond du plat.
- Arroser le contre-filet de beurre noisette au moment de l'envoi.
- Disposer 1 ou 2 bouquets de cresson aux extrémités du plat.
- Dresser délicatement la jardinière en dôme dans un légumier.
- Dresser le reste du jus en saucière.

REMARQUE : Il est conseillé d'assaisonner à nouveau les viandes rôties après leur cuisson.



Contre-filet rôti, jardinière de légumes

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine
- 1 grille ou assiettes de base
- 2 calottes
- 1 passoire
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :

- 1 plaque à rôtir ou 1 sautoir
- 1 grande russe
- 1 grande sauteuse
- 4 petites russes
- 1 petite poêle

Matériel de dressage :

- plats longs plats
- saucières
- dessous de saucières
- papier gaufré

FILET DE BŒUF EN BRIOCHE, SAUCE PÉRIGOURDINE

1. Préparer le filet *(voir p. 221/222)*

- Parer, dégraisser et dénerver un tronçon de cœur de filet d'1,500 kg.
- Oter la chaînette, le clouter aux truffes (facultatif) et le ficeler (réserver les parures pour la sauce).

2. Rissoler le filet

- L'assaisonner et le faire revenir au beurre très vivement.
- Le colorer uniformément sur toutes ses faces, puis le débarrasser sur grille et le refroidir complètement.

3. Enrober le filet

- L'envelopper dans de grandes crêpes aux fines herbes masquées d'une farce composée de Duxelles sèche, de farce mousseline de volaille et de foie gras (les crêpes évitent à la pâte de se détremper durant la cuisson).
- Badigeonner la surface d'œuf battu à l'aide d'un pinceau (dorure).
- L'enrober dans 0,500 kg de pâte à brioche raffermie en enceinte réfrigérée.
- Bien souder les extrémités. Ménager deux petites cheminées pour laisser la vapeur s'échapper.
- Décorer la surface et dorer à l'œuf détendu avec un peu de lait.

4. Laisser pousser la brioche

- Placer le filet enrobé dans une étuve ou dans un endroit tiède (35 à 40 °C maximum) et à l'abri des courants d'air.

5. Marquer le filet de bœuf en cuisson

- Le dorer à nouveau, puis le cuire au four à 220 °C durant 25 à 30 min.
- La brioche doit être dorée et cuite, et la température au cœur du filet doit atteindre 48 à 52 °C.
- Débarrasser le filet et le laisser reposer sur grille durant environ 20 min.

6. Réaliser la sauce périgourdine

- Rissoler les parures maigres du filet dans une sauteuse.
- Ajouter une faible quantité de garniture aromatique et la laisser pincer.
- Dégraisser soigneusement, déglacer avec 0,10 l de madère et 0,05 l de jus de truffes. Laisser réduire.
- Ajouter 0,60 l de sauce demi-glace ou de sauce espagnole. Réduire lentement, dépouiller, dégraisser puis passer au chinois étamine.
- Ajouter 0,050 kg de truffes taillées en fine brunoise et 0,100 kg de foie gras en petits dés ou passés au tamis.
- Beurrer en surface.

PLATS SIMILAIRES

Filet de bœuf Richelieu

- Rôtir le filet de bœuf dans un four très chaud (250 °C environ), compter environ 20 min.
- Accompagner d'une garniture Richelieu (petites tomates et têtes de champignons farcies de Duxelles à farcir, laitues braisées et pommes château).

Pièce de bœuf rôtie fleuriste

- Garnir de tomates mondées, évidées et étuvées remplies d'une mini jardinière de légumes *(voir p. 55, 102, 108, 121)* et de pommes château.

Filet de bœuf Dubarry

- Piquer le filet et le rôtir.
- Garnir avec des boules de choux-fleurs nappées de sauce Mornay et gratinées, et de pommes de terre fondantes ou château.



Filet de bœuf en brioche, sauce périgourdine



CARRÉ D'AGNEAU AUX PRIMEURS

Carré d'agneau (ensemble des côtes premières et secondes) rôti, accompagné de carottes et navets tournés et glacés, de bâtonnets de haricots verts, de petits pois et de pommes cocotte, et servi avec le jus de rôti obtenu par déglaçage.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- 2 carrés d'agneau couverts (8 côtes chacun)	kg	2 à 2,200		
- beurre	kg	0,040		
ou				
- huile d'arachide	l	0,04		
Jus de rôti				
- carottes	kg	0,080		
- oignons	kg	0,080		
- thym	kg	PM		
- ail	gousse	2		
Finition				
- beurre	kg	0,040		
- cresson	botte	1/2		
Garniture proposée				
- carottes nouvelles	kg	0,800		
- navets nouveaux	kg	0,800		
- beurre	kg	0,040		
- sucre semoule	kg	PM		
- petits pois écossés extra-fins	kg	0,200		
- haricots verts extra-fins	kg	0,200		
- beurre	kg	0,040		
- pommes de terre à chair ferme	kg	1		
- huile d'arachide	l	0,04		
- beurre	kg	0,020		
- persil	kg	PM		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 30 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			***20 à 22 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Parer les carrés - 15 min *(voir p. 214/216)*

3. Préparer la garniture aromatique du jus de rôti - 5 min
- Eplucher et laver l'ail, les carottes et les oignons.
- Dégermer et écraser les gousses d'ail.
- Tailler les carottes et les oignons en fine brunoise.
- Prévoir une brindille de thym.

4. Préparer la garniture «aux primeurs» - 30 min
- Ecosser et laver les petits pois.
- Effiler et laver les haricots verts.
- Eplucher, laver et tourner les carottes, les navets et les pommes de terre.
- Trier et équeuter le cresson.

5. Marquer les légumes en cuisson - 5 min
- Cuire à l'anglaise, rafraîchir, puis égoutter les petits pois et les haricots verts.
- Glacer à blanc les carottes et les navets *(voir p. 395/396).*

6. Marquer les carrés en cuisson - 5 min *(voir p. 434/435)*
- Assaisonner les carrés.
- Les placer dans une plaque à rôtir, sur les os et les parures, en protégeant les manches.
- Arroser de beurre fondu ou d'huile.
- Répartir quelques fragments de fleur de thym sur les carrés.
- Saisir à four très chaud (250 °C pendant 10 min).
- Terminer la cuisson à 200 °C durant environ 10 min selon la grosseur des carrés.
- S'assurer de la cuisson des carrés (chair rosée).
- Les débarrasser sur une plaque munie d'une grille et les réserver au chaud.

7. Marquer les pommes cocotte en cuisson - 5 min *(voir p. 419)*
- Blanchir les pommes, égoutter.
- Les rissoler à l'huile.
- Les égoutter, les beurrer, les saler et les réserver au chaud.

8. Confectionner le jus de rôti - 10 min *(voir p. 438)*
- Mettre la garniture aromatique dans la plaque de cuisson et faire pincer les sucs si nécessaire.
- Dégraisser.
- Déglacer à l'eau.
- Ajouter l'ail écrasé et le thym.
- Laisser réduire, puis vérifier l'assaisonnement.
- Passer au chinois étamine.
- Réserver le jus de rôti au bain-marie à une température supérieure à + 65 °C.

REMARQUE : Pour une grande table, il est préférable de déglacer la plaque de cuisson avec un fond d'agneau réalisé à l'avance.

9. Chauffer les légumes - 5 min
- Plonger les petits pois et les haricots verts durant quelques secondes dans une chauffante bouillante et salée.
- Egoutter, puis lier au beurre.

10. Dresser les carrés - 5 min
- Disposer harmonieusement les légumes par petits bouquets autour des carrés en variant les couleurs.
- Lustrer les légumes au beurre.
- Verser un peu de jus de rôti au fond du plat.
- Arroser les carrés de beurre noisette.
- Saupoudrer légèrement les pommes de terre de persil haché.
- Disposer un ou deux bouquets de cresson aux extrémités des plats.
- Dresser le reste du jus de rôti dans une saucière préalablement chauffée.



Carré d'agneau aux primeurs

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petits bahuts
- 1 passoire à queue
- 1 petit bain-marie
- 1 petite grille ou assiettes de base
- 3 petites calottes
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 plaque à rôtir ou 1 sautoir
- 3 petites russes
- 1 petite poêle
- 3 petites sauteuses

Matériel de dressage :

- plats longs plats
- saucières
- dessous de saucières
- papier gaufré

CARRÉ D'AGNEAU PERSILLÉ
(S'APPLIQUE ÉGALEMENT AU GIGOT)

1. Parer les carrés et les marquer en cuisson (voir ci-contre)

- Les débarrasser et réaliser le jus de rôti.

2. Réaliser la persillade

- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher 0,080 kg de persil.
- Tamiser 0,100 kg de mie de pain.
- Eplucher, laver, dégermer 4 gousses d'ail, puis les écraser et les hacher finement.
- Mélanger 0,080 kg de beurre en pommade dans une petite calotte avec le persil, l'ail et la mie de pain.
- Saler, poivrer légèrement et ajouter un peu d'herbes de Provence ou de fleur de thym tamisée.

3. Persiller les carrés *(voir p. 214/216 et 436).*

- Appliquer régulièrement la persillade sur les carrés et les placer sous la salamandre afin d'obtenir une légère coloration uniforme.

4. Dresser

- Dresser sur plat ovale avec bouquet de cresson et jus de rôti à part en saucière.

PLATS SIMILAIRES

Epaule d'agneau rôtie bonne-femme

- Ajouter dans le plat de cuisson (après coloration de l'épaule) des pommes de terre tournées et blanchies, des petits oignons rissolés au beurre et des lardons blanchis et sautés.
- Finir de cuire au four et servir dans le plat de cuisson.

Epaule d'agneau boulangère

- Rôtir l'épaule d'agneau piquée à l'ail sur un plat de pommes boulangère de manière à ce que la graisse et le jus de cuisson s'écoulent sur les pommes de terre *(voir «Pommes boulangère», fiche n° 134, p. 898/899).*

***REMARQUE :** Tous les morceaux d'agneau de 1re et de 2ème catégories peuvent être rôtis selon cette méthode. Seules les durées de cuisson changent (20 à 25 min pour un carré, 35 à 40 min pour une selle anglaise ou une belle épaule, 50 à 55 min pour un gigot). L'agneau se sert rosé ; le mouton (viande rouge) peut être gardé un peu plus saignant.*



Carré d'agneau persillé



GIGOT D'AGNEAU RÔTI, GRATIN DE POMMES DE TERRE

Gigot d'agneau rôti, servi avec le jus de rôti obtenu par le déglaçage des sucs de cuisson et parfumé légèrement à l'ail et à la fleur de thym, des pommes de terre cuites dans du lait et de la crème et gratinées avec du gruyère.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : gratin de courgettes, gratin Ismaël Bayeldi, ratatouille niçoise, tomates provençale ; pommes sautées à l'ail ; haricots panachés, cocos au beurre, flageolets au jus.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- 1 gigot raccourci non paré*	kg	2		
- beurre	kg	0,040		
ou				
- huile	l	0,04		
Jus de rôti				
- carottes	kg	0,080		
- oignons	kg	0,080		
- thym	kg	PM		
- ail	gousse	2		
Finition				
- beurre	kg	0,040		
- cresson	botte	1/2		
Garniture				
- pommes de terre	kg	2		
- lait	l	1		
- crème	l	0,40		
- gruyère	kg	0,200		
- beurre	kg	0,040		
- ail	gousse	1		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- noix de muscade		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	

** Un gigot entier avec la selle de gigot, soit en moyenne 2,800 kg, correspond à environ 12-14 parts.*

DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION	***1 h 10 min***
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :	
• Pour un gigot raccourci	***40 à 45 min***
• Pour un gigot complet avec la selle	***55 min à 1 h***

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer le gigot - 10 min *(voir p. 210/212)*

3. Préparer la garniture aromatique - 5 min
- Eplucher et laver les carottes et les oignons.
- Les tailler en brunoise (petits dés) et les réserver.
- Eplucher, laver et écraser les gousses d'ail.
- Prévoir une brindille de thym.

4. Marquer le gigot en cuisson - 5 min *(voir p. 437/438)*
- Assaisonner le gigot.
- Le placer dans une plaque à rôtir de grandeur appropriée sur les os concassés et les parures.
- Arroser de beurre fondu ou d'huile.
- Saisir à four très chaud 220 à 230 °C pendant 10 min, puis terminer la cuisson à 200 °C pendant 40 à 45 min.

5. Préparer le gratin de pommes de terre - 25 min
- Eplucher, laver et essuyer soigneusement les pommes de terre.
- Les émincer finement à l'aide d'une mandoline.
- Placer les pommes de terre émincées dans une russe.
- Mouiller avec le lait froid et porter à ébullition.
- Cuire les pommes de terre durant environ 10 min.
- Assaisonner en fin de cuisson avec du sel fin, du poivre du moulin et quelques râpures de noix de muscade.
- Egoutter les pommes.
- Frotter un plat à gratin avec une gousse d'ail et le beurrer à l'aide d'un pinceau.
- Disposer en couche mince les pommes de terre dans le plat à gratin.
- Napper copieusement les pommes de terre avec la crème.
- Ajouter un peu de gruyère râpé.
- Recouvrir d'une 2ème couche mince de pommes de terre.
- Napper à nouveau avec la crème.
- Répartir uniformément le reste de gruyère râpé et quelques petites parcelles de beurre, essuyer soigneusement les bords du plat et le placer au four à 200 °C durant environ 30 à 35 min afin d'obtenir un gratin bien doré et régulier.

6. Laver, trier et équeuter le cresson - 3 min *(voir p. 89)*
- Le réserver dans une plaque avec un peu d'eau.

7. Vérifier la cuisson et débarrasser le gigot - 2 min
- Le réserver au chaud sur une plaque munie d'une grille.

REMARQUE : Les viandes rouges rôties doivent être réservées au chaud durant une trentaine de minutes avant d'être servies en salle (voir cours de technologie sur les cuissons).

8. Confectionner le jus de rôti - 10 min *(voir p. 438)*

9. Dresser le gigot - 5 min
- Déficeler le gigot, puis le disposer dans un plat de service dans le sens de la diagonale.
- Le plat peut être «festonné» d'une bordure de pommes duchesse dorées sous la salamandre.
- Verser un peu de jus de rôti au fond du plat.
- Arroser le gigot de beurre noisette au moment de l'envoi du plat.
- Disposer un bouquet de cresson du côté du «manche» du gigot.
- Placer le plat de gratin sur un dessous de plat recouvert d'un papier gaufré.
- Dresser le jus de rôti dans une saucière préalablement chauffée.



Gigot d'agneau rôti, gratin de pommes de terre

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 2 bahuts
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine
- 1 petit bain-marie
- 1 petite grille ou assiettes de base

Matériel de cuisson :

- 1 plaque à rôtir
- 1 petite poêle ronde

Matériel de dressage :

- grand plat long
- saucières
- dessous de saucières
- papier gaufré

SELLE D'AGNEAU FARCIE

1. Désosser la selle anglaise *(voir p. 219/220)*

2. Réaliser la farce mousseline *(voir p. 325)*

- Réaliser une farce mousseline avec 0,250 kg de noix de veau, un demi-blanc d'œuf et 0,20 l de crème.
- L'additionner de Duxelles sèche ou de truffes hachées ou de pistaches ou d'herbes fraîches (basilic).

3. Farcir la selle

- La masquer avec la farce.
- La reformer, fermer les extrémités avec les panoufles et l'envelopper dans une crépine de porc.
- La ficeler soigneusement.

4. Rôtir la selle

- La rôtir au four à 220 °C durant 50 min environ.
- La débarrasser et la laisser reposer au chaud durant 1/2 h.

5. Confectionner le jus de rôti

6. Dresser

- Oter la ficelle et la crépine de porc.
- Parer la selle (ôter les entames).
- Dresser. Verser un peu de jus de rôti au fond du plat.
- Lustrer au beurre clarifié ou napper de beurre noisette.
- Disposer un ou deux bouquets de cresson aux extrémités du plat.

PLATS SIMILAIRES

Gigot d'agneau bretonne

- Gigot d'agneau rôti accompagné de haricots blancs ou de flageolets liés au beurre et à la sauce bretonne (oignons ciselés revenus au beurre). Déglacer au vin blanc, réduire, ajouter des tomates mondées, épépinées et concassées, et une pointe d'ail. Réduire comme une fondue de tomates, ajouter un peu de jus de rôti du gigot et du persil haché.

Gigot de mouton en chevreuil

- Dépouiller entièrement le gigot et le placer dans une marinade durant quelques jours. Utiliser une marinade cuite à base de vin blanc ou de vin rouge additionnée de baies de genévrier, de romarin et de basilic *(voir p. 334)*.
- Rôtir le gigot dans un four très chaud et l'accompagner d'une sauce chevreuil (parures et os de gigot revenus avec une Mirepoix, déglacer avec la marinade, réduire, mouiller avec un fond brun de veau lié ou une sauce espagnole, ajouter de la mignonnette, passer et beurrer).
- Accompagner le gigot de mouton d'une purée de céleri, d'endives braisées ou de croquettes de marrons.



Selle d'agneau farcie



Selle d'agneau rôtie



CARRÉ DE VEAU POÊLÉ CHOISY

Carré de veau cuit lentement à couvert dans une cocotte, servi avec une garniture de laitues braisées et de pommes château. Il est accompagné de son fond de poêlage parfumé au madère.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- carré de veau non paré (4 côtes premières ou secondes)	kg	2,400		
- beurre	kg	0,050		
Garniture				
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- tomate (1 pièce)	kg	0,100		
- bouquet garni	pièce	1		
Fond de poêlage				
- vin blanc	l	0,10		
- madère	l	0,05		
- fond brun de veau légèrement lié et corsé	l	0,80		
Garniture Choisy				
Laitues braisées :				
- laitues (8 petites de 0,200 kg)	kg	1,600		
- carottes	kg	0,150		
- oignons	kg	0,150		
- bouquet garni	pièce	1		
- couenne de porc	kg	0,200		
- fond blanc de veau	l	0,80		
Pommes château :				
- pommes de terre à chair ferme	kg	1,600		
- huile d'arachide	l	0,08		
- beurre	kg	0,040		
- persil	kg	PM		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*2 h 10 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DU CARRÉ :			*1 h 10 à 1 h 20 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES LAITUES :			*1 h 20 à 1 h 30 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les garnitures aromatiques - 10 min
- Eplucher, laver et émincer grossièrement la moitié des carottes et la moitié des oignons pour la garniture aromatique du carré.
- Emincer finement le reste en paysanne pour les laitues braisées.
- Laver, équeuter le persil et confectionner deux petits bouquets garnis.
- Laver, éliminer le pédoncule et concasser la tomate.

3. Préparer le carré de veau - 15 min *(voir p. 226/228)*

4. Marquer le carré en cuisson - 5 min *(voir p. 443/445)*
- Assaisonner le carré et le placer dans un récipient creux.
- Le faire revenir très lentement avec le beurre.
- Adjoindre les os concassés et les parures maigres, puis les oignons et les carottes émincés grossièrement.
- Couvrir hermétiquement.
- Cuire au four à 200-220 °C durant 1 h 10 à 1 h 20 min environ.
- Arroser fréquemment le carré durant sa cuisson.

5. Préparer et blanchir les laitues - 20 min
- Porter de l'eau salée à ébullition dans un rondeau plat ou dans une russe.
- Eliminer les feuilles abîmées des laitues et araser légèrement le pied «trognon» en pointe.
- Laver soigneusement les laitues dans plusieurs eaux.
- Les blanchir en les plongeant dans l'eau bouillante pendant 2 à 3 min.
- Les rafraîchir, puis les égoutter et les presser en forme de fuseau.

6. Marquer les laitues en cuisson - 10 min *(voir p. 475/477)*
- Suer au beurre les carottes et les oignons émincés en paysanne.
- Disposer les laitues en couronne (côté talon vers l'extérieur du récipient).
- Ajouter le fond blanc de veau, saler et poivrer, puis ajouter le bouquet garni et les couennes de porc (le côté gras sur les laitues).
- Porter à ébullition, couvrir d'un papier sulfurisé et d'un couvercle.
- Cuire au four à 200 °C pendant 1 h 20 à 1 h 30 min.

7. Tourner les pommes château et les marquer en cuisson - 25 min *(voir p. 418/419)*
- Eplucher, laver et tourner les pommes de terre.
- Les blanchir, puis les rissoler à l'huile pendant quelques minutes sur le plein feu.
- Terminer la cuisson au four à 220-230 °C pendant environ 15 min.

8. Concasser, hacher et essorer le persil - 5 min

9. S'assurer de la bonne coloration et de la cuisson du carré - 5 min
- Ajouter la tomate concassée et ôter le couvercle pour parfaire la coloration si nécessaire.

10. Confectionner le fond de poêlage - 10 min *(voir p. 444/445)*
- Débarrasser le carré dans une plaque et le réserver au chaud et à couvert.
- Faire pincer les sucs si nécessaire, puis dégraisser (ou alors en fin de réalisation).
- Déglacer avec le vin blanc et un peu de madère et laisser réduire.
- Ajouter le fond brun de veau légèrement lié et réduire à nouveau pendant environ 10 min.
- Vérifier l'assaisonnement et passer le fond de poêlage sans fouler au chinois étamine dans un petit bain-marie.

(suite ➜)



Carré de veau poêlé Choisy

11. Terminer le braisage des laitues - 10 min
- S'assurer de leur cuisson puis les égoutter.
- Les séparer en 2, puis supprimer la base des feuilles (trognon).
- Les plier en 2 ou en 3, puis les disposer dans un sautoir beurré.
- Ajouter un peu de fond de poêlage du carré et laisser mijoter les laitues à couvert pendant environ 10 min.

12. Terminer les pommes château - 2 min
- Les égoutter, ajouter le beurre cru, puis les saler et les réserver au chaud.

13. Glacer le carré de veau - 5 min
- Déficeler et arroser constamment le carré à l'entrée d'un four très chaud ou sous la salamandre avec son fond de poêlage.

14. Dresser le carré de veau poêlé Choisy - 3 min
- Placer le carré au centre du plat.
- Disposer autour du carré les pommes château et les laitues en les intercalant.
- Arroser le carré avec un peu de fond de poêlage et dresser le reste en saucière.
- Parsemer sans excès les pommes château de persil haché.

PLATS SIMILAIRES

Carré de veau poêlé Viroflay
- Poêler le carré de veau et le glacer.
- Accompagner avec des boules d'épinards nappées de sauce Mornay et gratinées, des quartiers de fonds d'artichauts sautés aux fines herbes et des pommes château.

Longe de porc poêlée lorraine
- Accompagner la longe de porc poêlée de choux rouges braisés et de pommes fondantes.

Carré de porc poêlé brabançonne
- Accompagner le carré de porc poêlé de petites tartelettes en pâte brisée garnies de choux de Bruxelles étuvés au beurre, nappés de sauce Mornay et gratinés, et de petites pommes croquettes aplaties en forme de palets.

Pièce de veau poêlée Judic
- Accompagner la pièce de veau poêlée de petites tomates farcies, de Duxelles à farcir, de laitues braisées et de pommes château.

Pièce de veau poêlée Clamart
- Entourer la pièce poêlée de fonds d'artichauts garnis de petits pois à la française et de pommes château.

Matériel de préparation :
- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 planche à découper
- 1 couteau demi-batte
- 1 chinois étamine
- 2 grandes calottes
- 1 bahut
- 1 scie à os
- 1 passoire à queue
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :
- 1 cocotte ou un rondeau avec couvercle
- 1 grand sautoir avec couvercle
- 1 grande sauteuse

Matériel de dressage :
- grands plats longs
- saucières
- dessous de saucières
- papier gaufré

CARRÉ DE VEAU BRUXELLOISE

1. Préparer un carré de veau de 2,400 kg comme dans la recette de base ci-contre

2. Préparer la garniture aromatique
- 0,200 kg de carottes, 0,200 kg d'oignons, 1 tomate et 1 bouquet garni.

3. Poêler le carré
- Procéder comme dans la recette ci-contre.

4. Préparer la garniture de légumes
- Parer, laver et braiser 1,500 kg d'endives *(voir p. 473/474).*
- Eplucher et cuire 1 kg de choux de Bruxelles à l'anglaise.
- Eplucher, laver, tourner et rissoler 16 pièces de pommes château avec 0,08 l d'huile.

5. Glacer le carré
- Confectionner le fond de poêlage.
- Déficeler et glacer le carré comme dans la recette ci-contre.

6. Terminer la garniture de légumes
- Faire revenir les choux de Bruxelles avec 0,080 kg de beurre.
- Egoutter les endives et les faire dorer à la poêle avec 0,080 kg de beurre.
- Egoutter et lier les pommes château avec 0,040 kg de beurre.

7. Dresser le carré
- Découper le carré en tranches.
- Napper le fond du plat ou des assiettes avec le fond de poêlage.
- Ranger les tranches de carré et les entourer avec les endives, les choux de Bruxelles et les pommes château.

***REMARQUE :** Les pièces poêlées et découpées en cuisine ne sont pas nécessairement glacées avec le fond de poêlage. Elles ne sont jamais nappées, le fond de poêlage est placé en dessous.*



Carré de veau poêlé bruxelloise



CARRÉ DE PORC RÔTI BOULANGÈRE

Carré de porc rôti, servi avec son jus obtenu par déglaçage et accompagné de pommes de terre gratinées dans du fond blanc avec des oignons émincés.
Autres suggestions de garnitures d'accompagnement : lentilles vertes aux lardons, choux de Milan braisés aux marrons, choux rouges braisés aux pommes.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- carré de porc non paré	kg	2,400		
- beurre	kg	0,040		
ou				
- huile d'arachide	l	0,04		
Jus de rôti				
- carottes	kg	0,080		
- oignon (1 demi)	kg	0,080		
- ail (1 gousse)	kg	0,010		
- thym et laurier	kg	PM		
- eau ou fond brun clair	l	0,50		
Finition				
- beurre	kg	0,040		
- cresson	botte	1/4		
Pommes boulangère				
- pommes de terre à chair ferme	kg	2		
- ail (1 gousse)	kg	0,010		
- beurre	kg	0,080		
- oignons	kg	0,800		
- beurre	kg	0,040		
- fond blanc	l	1		
- ail (2 gousses)	kg	0,020		
- bouquet garni	pièce	1		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 20 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DU CARRÉ			1 h 20 à 1 h 30 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES POMMES			45 à 50 min	



Rôti de porc

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer le carré de porc - 15 min *(voir p. 226/228)*
- Oter les demi-vertèbres, le nerf dorsal et manchonner les os des côtes.
- Ficeler, concasser les os et réserver.

3. Eplucher, laver et tailler les légumes - 30 min
- Eplucher et laver la carotte et les oignons.
- Tailler la carotte et le demi oignon en fine Mirepoix pour le jus de rôti.
- Emincer finement le reste des oignons pour les pommes boulangère.
- Eplucher, laver et dégermer l'ail.
- Réaliser le bouquet garni.
- Eplucher, laver et tailler les pommes de terre à la mandoline en tranches régulières de 2 à 3 mm d'épaisseur.

4. Marquer le carré de porc en cuisson - 5 min
- L'assaisonner et le placer dans une plaque à rôtir de grandeur appropriée.
- Disposer les os concassés et les parures maigres tout autour.
- Le napper avec le beurre fondu ou avec l'huile.
- Le cuire dans un four à 200 °C durant 1 h 20 à 1 h 30 min selon son épaisseur.
- Le retourner et l'arroser fréquemment durant la cuisson. Le rôti de porc doit être bien cuit.

5. Marquer les pommes boulangère en cuisson - 20 min
- Compoter les oignons avec le beurre durant une quinzaine de minutes, leur donner une légère coloration, les assaisonner.
- Eponger et sauter les pommes de terre, les précuire avec une légère coloration, les assaisonner.
- Frotter le plat à gratin avec la gousse d'ail.
- Répartir les oignons et les pommes de terre par couches successives.
- Terminer par une couche de pommes de terre bien rangée.
- Mouiller à hauteur avec le fond blanc assaisonné.
- Glisser deux gousses d'ail et un bouquet garni sous les pommes de terre.
- Démarrer la cuisson sur le feu puis cuire au four durant 45 à 50 min, les pommes de terre doivent avoir absorbé le fond blanc et être légèrement dorées en surface.

6. Dresser le rôti de porc boulangère - 5 min
- Essuyer soigneusement les bords du plat à gratin et le disposer sur un dessous de plat recouvert d'une feuille de papier gaufré.
- Disposer le carré de porc sur un plat de service long, verser un peu de jus de rôti au fond du plat, l'arroser de beurre noisette.
- Disposer deux petits bouquets de cresson aux extrémités du plat.
- Dresser le reste du jus de rôti en saucière.

REMARQUE : Il est d'usage de cuire le carré de porc sur les pommes de terre boulangère afin que celles-ci s'imbibent de la graisse de cuisson qui s'écoule du rôti.

VIANDES DE BOUCHERIE SAUTÉES



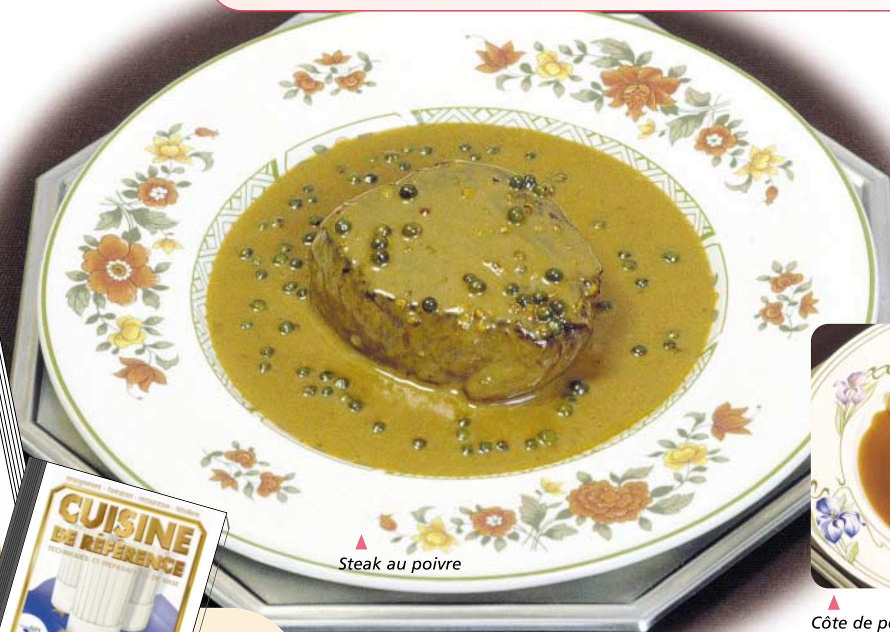
Bref rappel de technologie

Cette technique de cuisson rapide s'applique à des petites pièces de viande de première catégorie provenant d'animaux jeunes et tendres.

Les petites pièces de viandes rouges se cuisent à la commande au point de cuisson souhaitée par le client (bleu, saignant, à point, bien cuit). Elles sont saisies, puis la température de cuisson est réduite, ceci afin de préserver le sang à l'intérieur.

Les pièces de viandes blanches sont sautées avec beaucoup de précision, l'intégralité du sang doit être coagulé. Trop cuites, les pièces sont souvent sèches. La cuisson doit être conduite plus lentement que celle des viandes rouges.

Les viandes blanches et rouges sont le plus souvent accompagnées d'une sauce blanche ou brune, courte, obtenue par le déglaçage des sucs caramélisés dans le récipient de cuisson. C'est la raison pour laquelle il doit être choisi à fond épais et de grandeur appropriée. Dans un récipent trop grand, la matière grasse et les sucs brûlent et la sauce risque de présenter une légère amertume.



Steak au poivre



Côte de porc grand-mère





Techniques mises en œuvre

- **Détailler un contre-filet**
- **Tailler des entrecôtes**
- **Sauter des petites pièces de viande rouge**
- **Sauter des petites pièces de viande blanche**
- **Sauter des petites pièces de viande blanche panées**
- **Tailler des côtelettes et des côtes**.....
- **Détailler des noisettes**
- **Détailler des tournedos**
- **Réaliser une sauce brune par déglaçage**
- **Réaliser une sauce blanche par déglaçage**
- **Paner à l'anglaise**

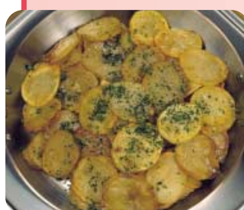


Côte de veau aux morilles



Entrecôte sautée au tanin de brouilly et à la moelle

Garnitures d'accompagnement conseillées



Viandes rouges sautées :
- pommes cocotte, noisettes, parisienne, lyonnaise, sarladaise, pommes Parmentier, vert-pré...

Viandes blanches sautées :
- pommes sautées à cru, bordelaise, provençale ;
- spaghettis, tagliatelles, fettucines au beurre ;
- carottes Vichy, petits pois paysanne, à la française...



CONTRE-FILETS, ENTRECÔTES OU STEAKS SAUTÉS BERCY

Tranches de bœuf individuelles ou pour deux personnes, sautées à la commande à l'à point de cuisson souhaitée, servies avec une sauce réalisée à partir d'échalotes ciselées, de vin blanc et de fond de veau lié, et montée au beurre. **Suggestions de garnitures d'accompagnement :** pommes sautées à cru, pommes miettes, bordelaise, colombine, lyonnaise, anna, darphin, parisienne, croquettes…

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- contre-filets parés (4 x 0,300 à 0,400 kg)	kg	1,200 à 1,600		
ou				
- entrecôtes pour 2 personnes (4 x 0,300 à 0,400 kg)	kg	1,200 à 1,600		
ou				
- 8 steaks de 0,150 kg	kg	1,200		
- huile d'arachide	l	0,04		
- beurre	kg	0,040		
Sauce Bercy				
- échalotes	kg	0,080		
- vin blanc	l	0,10		
- fond brun de veau lié	l	0,40		
- glace de viande (facultatif)	l	PM		
- beurre	kg	0,040		
- persil	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			…… €	
Coût matières pour 1 couvert			…… €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*40 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : variable selon l'à point de cuisson désiré par le client				

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 398 à 399)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Vérifier et parer la viande - 5 min *(voir p. 223/224)*
- Oter les nerfs, les aponévroses et la graisse si nécessaire.
- La réserver en enceinte réfrigérée.

3. Préparer les éléments de la sauce Bercy - 10 min
- Eplucher, laver et ciseler finement les échalotes.
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil.

4. Marquer les steaks en cuisson - 5 min
- Assaisonner les steaks de sel fin et de poivre du moulin, puis les faire sauter dans un sautoir avec de l'huile et du beurre (surveiller attentivement la cuisson, les sucs doivent être caramélisés mais sans excès).
- Cuire les steaks à l'à point de cuisson souhaité (bleu, saignant, à point, bien cuit), puis les débarrasser sur une plaque munie d'une petite grille ou d'une assiette retournée.

5. Réaliser la sauce Bercy - 10 min
- Dégraisser le sautoir de cuisson en basculant partiellement la graisse dans un récipient.
- Ajouter les échalotes ciselées et les laisser suer doucement sans coloration.
- Déglacer avec le vin blanc et le laisser réduire.
- Ajouter le fond brun de veau lié, éventuellement un peu de glace de viande fondue et réduire la sauce à nouveau pendant quelques minutes.
- Monter la sauce au beurre hors du feu en vannant (ne pas utiliser de fouet).
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.

6. Dresser la viande - 5 min
- Dresser les contre-filets, les entrecôtes ou les steaks, sur un grand plat long dans le sens de la diagonale et en les chevauchant légèrement.
- Dans le cas de 4 cuissons différentes, placer le plus cuit à plat en premier, puis l'«à point», le «saignant» et terminer par le «bleu».
- Napper uniformément avec la sauce.
- Parsemer sans excès de persil haché.

REMARQUES :
- *Assaisonner les viandes rouges juste avant ou sitôt après la cuisson, pas à l'avance. Le sel fait ressortir le sang.*
- *Retourner les pièces de viande à l'aide d'une spatule, ne pas les piquer avec une fourchette.*
- *Ne pas fouetter la sauce, elle risquerait de blanchir, la vanner hors du feu.*
- *Certains professionnels passent la sauce au chinois étamine.*



Contre-filets, entrecôtes ou steaks sautés Bercy

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 petite grille ou assiettes de base
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :

- 1 grand sautoir ou un rondeau plat

Matériel de dressage :

- plats longs plats ou assiettes de base

ENTRECÔTES SAUTÉES BORDELAISE

1. Parer 4 entrecôtes de 0,300 à 0,400 kg *(une entrecôte pour 2 personnes)*

- Oter l'excédent de gras s'il y a lieu.
- Les réserver en enceinte réfrigérée.

2. Dégorger la moelle

- Détailler un tronçon de moelle en 8 belles lames et 0,160 kg en petits cubes réguliers.
- Placer la moelle à dégorger dans une petite calotte avec de l'eau glacée et un filet de vinaigre.

3. Réaliser la sauce bordelaise

- Réduire presqu'à sec 0,20 l de vin rouge dans une petite sauteuse.
- Ajouter 0,040 kg d'échalotes ciselées, une brindille de thym, 1 fragment de feuille de laurier et quelques grains de poivre écrasés (mignonnette).
- Ajouter 0,40 l de fond brun de veau lié ou de sauce espagnole.
- Réduire et dépouiller.
- Ajouter éventuellement une cuillère de glace de viande fondue.
- Passer au chinois étamine, tamponner et réserver la sauce de base à couvert et au bain-marie.

4. Sauter les entrecôtes

- Bien les saisir dans un mélange d'huile et de beurre.
- Les cuire à l'à point de cuisson souhaité.
- Les débarrasser sur une plaque munie d'une grille et les réserver au chaud.

5. Pocher la moelle

- Plonger la moelle durant quelques secondes dans de l'eau bouillante et l'égoutter soigneusement.

6. Terminer la sauce bordelaise

- Dégraisser le récipient de cuisson.
- Le déglacer avec 0,10 l de vin rouge et le réduire.
- Verser la sauce bordelaise de base.
- Vérifier l'assaisonnement et passer la sauce au chinois étamine.
- La monter légèrement au beurre et ajouter les petits dés de moelle.

7. Dresser les entrecôtes

- Les disposer sur un grand plat long et les lustrer au beurre clarifié.
- Disposer harmonieusement les lames de moelle sur les entrecôtes, les surmonter de quelques grains de fleur de sel et d'une petite pointe de persil haché.
- Verser un cordon de sauce autour des entrecôtes et servir le reste à part en saucière.

PLATS SIMILAIRES

Entrecôtes marchand de vin

- Procéder comme pour Bercy en remplaçant le vin blanc par du vin rouge.

Entrecôtes lyonnaise

- Sauter les entrecôtes. Ajouter des oignons finement émincés et légèrement dorés dans le récipient de cuisson.
- Déglacer avec du vin blanc et un filet de vinaigre puis réduire.
- Ajouter de la sauce espagnole ou du fond brun de veau lié et de la glace de viande fondue.
- Monter au beurre, napper.

Onglet ou bavette à l'échalote

- Idem lyonnaise, remplacer les oignons par des échalotes émincées et compotées au préalable.

Steaks sautés chasseur

- Ajouter des champignons émincés dans le récipient de cuisson et des échalotes ciselées.
- Flamber avec du cognac, déglacer avec du vin blanc et réduire.
- Mouiller avec du fond brun de veau lié. Ajouter du cerfeuil et de l'estragon hachés.



Entrecôte sautée bordelaise



TOURNEDOS SAUTÉS CHÂTELAINE

Tournedos (morceaux épais de filet de bœuf) sautés, servis sur canapés de pain de mie frits, nappés d'une sauce réalisée à partir du déglaçage au vin blanc et de fond de veau lié, et montée au beurre.
La garniture se compose de fonds d'artichauts étuvés au beurre et de pommes noisettes.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- cœur de filet de bœuf paré	kg	1,200		
ou				
- 8 tournedos de 0,150 kg	kg	1,200		
- huile d'arachide	l	0,04		
- beurre	kg	0,040		
Croûtons				
- pain de mie (8 tranches de 0,040 kg)	kg	0,320		
- huile d'arachide	l	0,02		
- beurre	kg	0,040		
- glace de viande (facultatif)	l	PM		
Sauce				
- vin blanc	l	0,10		
- fond brun de veau lié ou sauce espagnole	l	0,40		
- glace de viande	l	PM		
Garniture				
- artichauts (8 x 0,250 à 0,300 kg)	kg	2 à 2,400		
- citron (3 pièces)	kg	0,300		
- huile	l	0,04		
- beurre	kg	0,040		
Pommes noisettes				
- pommes de terre Bintje très grosses	kg	2		
- huile d'arachide	l	0,08		
- beurre	kg	0,040		
- persil	kg	0,020		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 40 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : variable selon l'à point de cuisson désiré par le client				

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les tournedos - 10 min
- Vérifier et parer les tournedos si nécessaire.
- Les ficeler, puis les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Préparer la garniture châtelaine - 40 min
- Tourner soigneusement et citronner les fonds d'artichauts.
- Eliminer le foin à l'aide d'une cuillère à pommes noisettes.
- Les marquer en cuisson dans de l'eau bouillante salée et citronnée.
- Ajouter un peu d'huile et couvrir d'une feuille de papier sulfurisé.
- Eplucher, laver, puis lever les pommes noisettes à l'aide d'une cuillère à légumes.
- Les rincer soigneusement à l'eau courante.
- Tailler les 8 croûtons de pain de mie à l'aide d'un emporte-pièce uni de 7 à 8 cm de diamètre (suivant la grosseur des tournedos).
- Les frire dans une petite poêle avec de l'huile et un peu de beurre.
- Réserver les croûtons frits au chaud sur du papier absorbant.
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil.

4. Terminer les fonds d'artichauts - 5 min *(voir p. 42 à 44)*
- S'assurer de leur cuisson, puis les égoutter.
- Les disposer dans une plaque beurrée, les assaisonner, puis les recouvrir d'une feuille de papier sulfurisé beurrée.

5. Marquer les pommes noisettes en cuisson - 10 min *(voir p. 131)*
- Blanchir les pommes.
- Les placer dans une sauteuse de grandeur appropriée afin qu'elles ne se superposent pas.
- Mouiller à l'eau froide et porter à ébullition.
- Laisser blanchir durant quelques secondes puis égoutter les pommes sans les rafraîchir.
- Rissoler les pommes à l'huile durant quelques minutes sur le feu vif, puis terminer la cuisson au four chaud (230 à 240 °C) durant 5 à 6 min.
- Egoutter les pommes, ajouter le beurre cru, puis assaisonner de sel fin.
- Réserver les pommes au chaud.

6. Marquer les tournedos en cuisson - 10 min
- Assaisonner les tournedos de sel fin et de poivre du moulin, puis les saisir dans un sautoir avec du beurre et un peu d'huile (surveiller attentivement la cuisson, les sucs doivent être caramélisés mais sans excès).
- Cuire les tournedos à l'à point de cuisson demandé (bleu, saignant, à point, bien cuit), puis les débarrasser sur une plaque munie d'une petite grille ou d'une assiette retournée.

7. Etuver au four les fonds d'artichauts - 5 min

8. Confectionner la sauce des tournedos - 10 min
- Dégraisser le sautoir.
- Déglacer avec le vin blanc et le laisser réduire.
- Ajouter le fond brun de veau lié et éventuellement un peu de glace blonde de viande.
- Réduire à nouveau la sauce jusqu'à la consistance souhaitée.
- Monter la sauce au beurre hors du feu.
- Vérifier l'assaisonnement, puis passer la sauce au chinois étamine dans un petit bain-marie.

9. Dresser les tournedos - 5 min
- Lustrer (imperméabiliser) les croûtons avec un peu de glace de viande (facultatif) et les disposer sur le fond du plat.
- Placer un tournedos déficelé sur chaque croûton.
- Intercaler les tournedos avec les fonds d'artichauts garnis de pommes noisettes.
- Napper uniformément les tournedos avec la sauce.
- Déposer une petite «pointe» de persil haché sur les pommes noisettes (dresser un complément de pommes noisettes à part en légumier).



Tournedos sautés châtelaine

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 calottes moyennes
- 1 petit bain-marie
- 1 bahut
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 grand sautoir ou un rondeau plat
- 1 grande sauteuse
- 1 russe moyenne
- 1 plaque pour étuver les fonds d'artichauts

Matériel de dressage :

- grands plats ronds ou longs
- légumiers
- dessous de légumiers
- papier gaufré

TOURNEDOS SAUTÉS MASCOTTE

1. Préparer les tournedos

- Vérifier et parer (si nécessaire) 8 tournedos de 0,150 kg chacun.
- Les ficeler sans trop les serrer et les réserver en enceinte réfrigérée.

2. Préparer la garniture mascotte

- Tourner et citronner 8 petits artichauts de 0,250 kg pièce.
- Les précuire à couvert dans de l'eau bouillante salée, citronnée et huilée en surface.
- Eplucher, laver et tourner en pommes cocotte 2 kg de pommes de terre à chair ferme.
- Les blanchir, les rissoler dans 0,08 l d'huile et les égoutter, leur ajouter 0,050 kg de beurre et les saler.
- Tailler 8 croûtons ronds en pain de mie et les sauter au beurre clarifié.
- Hacher 0,020 kg de persil.

3. Sauter les tournedos

- Les assaisonner et les cuire dans un mélange de beurre et d'huile.
- Les cuire à l'à point de cuisson souhaité, puis les débarrasser sur une plaque munie d'une grille ou d'une petite assiette retournée.

4. Terminer les fonds d'artichauts

- Les égoutter soigneusement, les escaloper ou les détailler en quartiers puis terminer la cuisson en les sautant délicatement au beurre.
- Les assaisonner.

5. Réaliser la sauce des tournedos

- Comme pour le tournedos châtelaine.

6. Dresser les tournedos

- Disposer les croûtons sur le fond du plat.
- Placer les tournedos déficelés sur chaque croûton.
- Intercaler harmonieusement la garniture tout autour.
- Napper les tournedos et y déposer une lame de truffe.
- Saupoudrer sans excès les pommes cocotte de persil haché.

PLATS SIMILAIRES

Tournedos Helder

- Tournedos sautés. Déglacer au madère, ajouter un fond brun de veau lié. Monter au beurre.
- Dresser sur croûtons frits au beurre clarifié. Coucher un cordon de sauce béarnaise à la poche sur le dessus de chaque tournedos, remplir le centre de fondue de tomates, entourer de pommes parisienne.

Tournedos Rossini

- Tournedos sautés, dressés sur croûtons frits et lustrés de glace de viande.
- Disposer une escalope de foie gras sautée au beurre et une lamelle de truffe sur chaque tournedos. Déglacer au madère, ajouter un jus de truffes, de la sauce demi-glace et monter au beurre.

Tournedos fleuriste

- Tournedos sautés, déglacer au vin blanc, ajouter du fond brun de veau lié, monter au beurre. Garnir de tomates mondées, étuvées au beurre et garnies d'une mini-jardinière de légumes.

Tournedos Beaugency

- Sauter, déglacer au madère, ajouter de la sauce demi-glace, monter au beurre.
- Dresser sur croûtons frits, verser un cordon de sauce Choron sur chaque tournedos. Ajouter des fonds d'artichauts étuvés au beurre et garnis de fondue de tomates. Surmonter de lames de moelle dégorgées et pochées.



Tournedos sauté mascotte



STEAKS AU POIVRE

Morceaux épais de rumsteak ou de contre-filet enrobés (panés) de poivre concassé (mignonnette) et sautés ; servis avec une sauce réalisée avec du cognac, du vin blanc, du fond de veau lié et de la crème, puis montée au beurre.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes sautées à cru, pommes miettes, bordelaise, colombine, lyonnaise, anna, darphin, parisienne, sarladaise, croquettes...

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- contre-filets	kg	1,200 à		
ou		1,440		
- rumstecks parés	kg	1,200 à		
(8 x 0,150 à 0,180 kg)		1,440		
ou (4 x 0,300 à 0,360 kg)				
- poivre en grains	kg	0,080		
- huile	l	0,04		
- beurre	kg	0,040		
Sauce				
- cognac	l	0,04		
- vin blanc	l	0,10		
- fond brun de veau lié	l	0,40		
- crème double	l	0,10		
- beurre	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*40 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : variable selon l'à point de cuisson désiré par le client				

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 400/401)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Réaliser la mignonnette - 5 min

3. Préparer et paner les steaks - 10 min
- Vérifier et parer les steaks si nécessaire.
- Faire adhérer le poivre fraîchement concassé sur les steaks (mignonnette) en pressant délicatement.
- Réserver les steaks en enceinte réfrigérée.

4. Marquer les steaks en cuisson - 5 min
- Assaisonner de sel fin, puis sauter les steaks dans un sautoir avec de l'huile et du beurre (surveiller attentivement la cuisson, les sucs doivent être caramélisés mais sans excès).
- Cuire les steaks à l'à point de cuisson demandé (bleu, saignant, à point, bien cuit), puis les débarrasser sur une plaque munie d'une petite grille ou d'une assiette retournée.

5. Réaliser la sauce - 10 min
- Dégraisser le sautoir.
- Ajouter le cognac, puis le flamber.
- Déglacer avec le vin blanc et le laisser réduire.
- Ajouter le fond brun de veau lié et réduire à nouveau.
- Crémer et réduire la sauce jusqu'à la consistance souhaitée.
- Vérifier l'assaisonnement, puis la passer au chinois étamine dans un petit bain-marie.
- Monter la sauce au beurre hors du feu.

6. Dresser les steaks au poivre - 5 min

1ère solution :
- Dresser les steaks sur un grand plat en les nappant uniformément avec la sauce.

2ème solution :
- Les steaks sont simplement cuits en cuisine à l'à point de cuisson souhaité par les clients.
- Les steaks sont dressés dans un sautoir de service accompagné d'une saucière de fond brun de veau lié et d'une saucière de crème. La sauce est dans ce cas réalisée devant les clients.

REMARQUES :
- ***Saler la viande juste avant ou sitôt après la cuisson, jamais à l'avance, ne pas la repoivrer.***
- ***Les steaks peuvent être flambés avant d'être retirés du sautoir.***



Steaks au poivre

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 1 petite grille ou assiettes de base
- 1 planche à découper
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :

- 1 petite sauteuse
- 1 grand sautoir ou un rondeau plat

Matériel de dressage :

- grands plats longs ou ronds ou sautoirs (bi-métal)
- saucières
- dessous de saucières
- papier gaufré

PETITS FILETS DE BŒUF STROGONOFF
«sauté minute» réalisé à la commande

1. Préparer le filet

- Découper en petits dés d'1 cm de section 1,200 kg de queue de filet de bœuf parée et soigneusement dégraissée.

2. Marquer les morceaux de filet en cuisson

- Les assaisonner avec sel fin, poivre du moulin et paprika.
- Les saisir fortement et les sauter rapidement dans un mélange d'huile et de beurre, les morceaux doivent rester saignants.
- Les débarrasser et les égoutter dans une petite passoire.

3. Réaliser la sauce

- Dégraisser partiellement le sautoir.
- Ajouter 0,200 kg d'oignons finement ciselés.
- Suer lentement sans coloration, saupoudrer de paprika.
- Déglacer avec 0,10 l de vin blanc et le faire réduire des 2/3.
- Ajouter 0,40 l de fond brun de veau lié et tomaté et laisser réduire à nouveau.
- Dépouiller si nécessaire.
- Ajouter 0,20 l de crème et réduire l'ensemble durant 3 à 4 min.
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.

4. Terminer le «sauté minute»

- Ajouter les morceaux de viande bien égouttés dans la sauce.
- Ne plus faire bouillir.
- Dresser immédiatement en légumier.
- Accompagner de riz pilaf.

REMARQUE : Certains professionnels ajoutent en garniture des champignons escalopés sautés au beurre.



Petits filets de bœuf Strogonoff

PLATS SIMILAIRES

Steaks sautés au poivre vert

- Comme dans la recette de base ci-contre mais le poivre vert n'est ajouté qu'après le déglaçage du sautoir. L'écraser légèrement avec le dos d'une cuillère afin qu'il dégage le maximum de parfum.

Suprêmes ou magrets de canard aux baies roses

- Parer l'excédent de graisse des magrets de canard et les inciser côté peau.
- Cuire partiellement les suprêmes ou magrets sur le côté peau grasse, les retourner quelques instants sur la chair juste pour la colorer.
- Les maintenir rosés et les laisser reposer environ 12 min au chaud.
- Dégraisser le sautoir, flamber au cognac, ajouter 0,10 l de vin blanc sec et laisser réduire.
- Ajouter 0,30 l de fond lié, 0,10 l de crème et 2 cuillerées de baies roses.
- Laisser juste frémir 2 min, monter la sauce avec 0,040 kg de beurre.
- Dresser les magrets ou les suprêmes sur assiettes et les napper de sauce.

REMARQUE : Certains professionnels mélangent les baies roses à du poivre vert et parfois à de la mandiquette.



Steak sauté au poivre vert



MÉDAILLONS DE VEAU DUROC

Médaillons de veau sautés, servis avec une sauce réalisée avec des champignons émincés, de la tomate concassée, du vin blanc, du fond de veau lié, et parfumée au cerfeuil et à l'estragon.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes rissolées (cocotte, parisienne, noisettes) ; pommes sautées à cru, pommes miettes ; pommes Parmentier, Duchesse, croquettes, provençale…

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- médaillons de veau (8 x 0,150 kg)	kg	1,200		
- farine	kg	0,080		
- beurre	kg	0,080		
Sauce				
- échalotes	kg	0,040		
- champignons de Paris	kg	0,250		
- cognac	l	0,05		
- vin blanc	l	0,10		
- fond brun de veau lié	l	0,40		
- beurre	kg	0,020		
- estragon	botte	1/4		
- cerfeuil	botte	1/4		
Fondue de tomates				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- tomates (grosses)	kg	0,800		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail	gousse	2		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			…… €	
Coût matières pour 1 couvert			…… €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 45 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*12 à 14 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer la viande - 10 min *(voir p. 225/226)*
- Régulariser l'épaisseur des médaillons à l'aide d'une batte à côtelettes.
- Les ficeler pour leur donner une forme bien ronde, puis les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Préparer les légumes - 30 min
- Laver et réserver les fines herbes au frais.
- Eliminer le pédoncule, monder, rafraîchir et égoutter les tomates.
- Eplucher, laver et ciseler finement les échalotes.
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil.
- Confectionner un petit bouquet garni.
- Eplucher, ôter les germes et laver les 2 gousses d'ail.
- Eplucher et réserver momentanément au frais les champignons sans les laver.

4. Marquer la fondue de tomates en cuisson - 10 min
(voir p. 320)

5. Marquer les médaillons de veau en cuisson - 15 min
- Saler, poivrer et fariner les médaillons. Bien les tapoter pour enlever l'excédent de farine.
- Les faire sauter doucement dans un sautoir avec le beurre (surveiller attentivement la cuisson, les sucs doivent être caramélisés mais sans excès).
- Cuire les médaillons durant 6 à 7 min sur chaque face puis les débarrasser sur une plaque munie d'une petite grille ou d'une assiette retournée.

6. Laver soigneusement et émincer les champignons - 5 min

7. Confectionner la sauce - 10 min
- Dégraisser partiellement le sautoir.
- Ajouter les champignons émincés et les sauter rapidement en évitant de faire pincer exagérément les sucs au fond du sautoir.
- Ajouter les échalotes ciselées et les suer légèrement sans coloration.
- Flamber avec le cognac.
- Déglacer avec le vin blanc et le laisser réduire.
- Ajouter le fond brun de veau lié et réduire à nouveau la sauce à feu doux pendant quelques minutes.
- Incorporer un peu de fondue de tomates à la sauce puis la monter au beurre hors du feu.

8. Préparer les herbes - 5 min
- Effeuiller et hacher le cerfeuil et l'estragon.

9. Dresser les médaillons de veau - 5 min
- Ajouter les herbes hachées à la sauce.
- Disposer les médaillons dans un grand plat rond.
- Les napper uniformément avec la sauce.
- Disposer sur chaque médaillon un petit bouquet de fondue de tomates et leur ajouter une petite pointe de persil haché.



Médaillons de veau Duroc

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 1 bahut
- 1 batte à côtelettes
- 1 petite grille ou assiettes de base
- 1 petit bain-marie
- 2 petites calottes
- 1 planche à découper
- 1 petite passoire

Matériel de cuisson :

- 1 grand sautoir ou un rondeau plat
- 1 russe moyenne
- 1 sauteuse moyenne

Matériel de dressage :

- grands plats ronds ou assiettes de base

MÉDAILLONS DE VEAU CRESSONNIÈRE

1. Préparer la viande

- Parer la longe et tailler 24 petits médaillons réguliers de 0,050 kg chacun.

2. Préparer les garnitures

- Eplucher, laver et tourner 0,800 kg de carottes et 0,800 kg de navets.
- Les cuire séparément par glaçage à blanc.
- Effiler 0,200 kg de haricots verts et les cuire à l'anglaise.

3. Préparer le cresson

- Laver et trier les feuilles d'une botte de cresson.
- Les blanchir dans une grande quantité d'eau bouillante salée et les rafraîchir aussitôt.
- Passer le cresson au mixeur.

4. Marquer les médaillons en cuisson

- Procéder comme dans la recette ci-contre, mais ne les laisser cuire que 3 min sur chaque face.
- Les réserver au chaud.

5. Confectionner la sauce

- Dégraisser le sautoir, ajouter une échalote ciselée et la laisser suer.
- Déglacer avec 0,05 l de vin blanc et le laisser réduire.
- Ajouter 0,10 l de fond brun de veau lié et 0,25 l de crème.
- Réduire et ajouter la purée de cresson. Oter la sauteuse du feu pour préserver la couleur et monter la sauce au beurre sans excès.
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.

6. Dresser les médaillons de veau

- Disposer 3 médaillons par assiette.
- Napper de sauce, poser une feuille de cresson blanchie sur chaque médaillon.
- Disposer harmonieusement les légumes autour.

PLATS SIMILAIRES

Médaillons de veau sauté chasseur

- Comme la recette de base, sans la fondue de tomates.

Médaillons de veau princesse

- Sauter, déglacer au vin blanc, ajouter du fond brun de veau lié. Monter au beurre.
- Disposer une lame de truffe sur chaque médaillon et garnir de pointes d'asperges étuvées au beurre.

Médaillons de veau Richemont

- Sauter, déglacer au madère, ajouter du fond brun de veau lié et un jus de truffes.
- Monter au beurre, ajouter une paysanne de morilles étuvées et une paysanne de truffes. Napper.

Médaillons de veau parisienne

- Sauter, déglacer au porto et au madère, ajouter du fond brun de veau lié.
- Garnir de pommes parisienne, de petits fonds d'artichauts garnis d'une julienne courte de langue écarlate, de champignons et de truffes. Napper de sauce parisienne, glacer sous la salamandre.



Médaillons de veau cressonnière



ESCALOPES OU CÔTES DE VEAU À LA CRÈME

Escalopes ou côtes de veau sautées, servies avec des champignons de Paris sautés et une sauce crémée à base de porto et de fond brun de veau lié.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : tagliatelles, fettucines, pennes au beurre ; petits pois au beurre, à la française, paysanne, brocolis, choux-fleurs au beurre, carottes glacées.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- escalopes de veau (8 x 0,150 kg)	kg	1,200		
ou				
- côtes de veau (carré couvert) (8 x 0,200 à 0,250 kg)	kg	1,600 à 2		
- farine	kg	0,080		
- beurre	kg	0,080		
Garniture				
- Champignons de Paris	kg	0,300		
- beurre	kg	0,040		
Sauce				
- porto	l	0,10		
- fond brun de veau lié (facultatif)	l	0,20		
- crème	l	0,50		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre blanc		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	

DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION	*55 min*
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : Escalopes	*6 à 8 min*
Côtes de veau	*8 à 12 min*

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 402/403)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les escalopes ou les côtes de veau - 10 min *(voir p. 225/226)*
- Supprimer les os des vertèbres et le «nerf» des côtes de veau puis les manchonner.
- Régulariser l'épaisseur (aplatir légèrement) des escalopes (ou des côtes de veau) entre deux feuilles de papier plastifié à l'aide d'une batte à côtelettes.
- Réserver les escalopes ou les côtes de veau en enceinte réfrigérée.

3. Préparer et sauter les champignons - 10 min *(voir p. 416)*
- Eplucher, laver soigneusement et émincer les champignons.
- Les sauter vivement dans une petite poêle avec du beurre, puis les saler et les réserver au chaud dans une petite sauteuse.

REMARQUE : *Il est possible également de sauter les champignons dans le récipient de cuisson des côtes ou des escalopes. Dans ce cas, faire très attention à la cuisson des escalopes : le moindre petit point noir provenant de la cuisson se retrouve dans la sauce.*

4. Marquer les escalopes ou les côtes de veau en cuisson - 15 min
- Saler, poivrer et fariner les escalopes ou les côtes de veau. Les tapoter pour enlever l'excédent de farine.
- Les faire sauter doucement dans un sautoir avec le beurre.
- Laisser les escalopes ou les côtes colorer très légèrement puis les retourner et terminer la cuisson à feu doux durant quelques minutes suivant leur épaisseur.
- Débarrasser les escalopes ou les côtes sur une plaque munie d'une petite grille ou d'une assiette retournée et les réserver au chaud.

REMARQUE : *L'à point de la cuisson des escalopes ou des côtes se reconnaît à la pression du doigt : elles doivent être fermes au toucher mais sans exagération.*

5. Confectionner la sauce - 10 min
- Dégraisser le sautoir.
- Déglacer avec le porto et le laisser réduire.
- Ajouter le fond brun de veau lié et la crème.
- Laisser réduire à nouveau la sauce jusqu'à la consistance souhaitée.
- Vérifier l'assaisonnement puis passer la sauce au chinois étamine sur les champignons.
- Laisser mijoter doucement durant 1 ou 2 min puis monter très légèrement la sauce au beurre.

6. Dresser les escalopes ou les côtes de veau à la crème - 5 min
- Disposer les escalopes sur un grand plat long dans le sens de la diagonale.
- Disposer les côtes de veau en couronne sur un grand plat rond.
- Napper uniformément avec la sauce.

REMARQUE : D'autres champignons peuvent être utilisés (morilles, chanterelles, girolles...).



Escalopes à la crème

Matériel de préparation :
- 2 plaques à débarrasser
- 2 grandes calottes
- 1 planche à découper
- 1 batte à côtelettes
- 1 chinois étamine
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :
- 1 grand sautoir ou un petit rondeau plat
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :
- grands plats longs ou grandes assiettes

MÉDAILLONS DE VEAU AU PAPRIKA, RIZ PILAF AUX POIVRONS

1. Préparer les médaillons
- Parer 24 médaillons de veau de 0,050 kg chacun et les réserver en enceinte réfrigérée.

2. Préparer les poivrons
- Monder et détailler en petits dés réguliers de 3 mm de section un demi-poivron vert, un demi-poivron jaune et un demi-poivron rouge.
- Les cuire à l'anglaise ou à la vapeur pour fixer la couleur.

3. Réaliser 0,400 kg de riz Basmati pilaf
- Suer 0,160 kg d'oignons ciselés avec 0,080 kg de beurre.
- Mouiller avec du fond blanc de veau, l'égrener après cuisson en lui ajoutant 0,040 kg de beurre en parcelles et les dés de poivrons.

4. Sauter les médaillons
- Les assaisonner et les passer dans un mélange de farine et de paprika.
- Les sauter à «la juste cuisson»; trop cuits, ils risqueraient de sécher.
- Les débarrasser sur grille et les réserver au chaud.

5. Réaliser la sauce
- Dégraisser partiellement le sautoir et suer 0,080 kg d'oignons finement ciselés.
- Déglacer avec 0,08 l de vin blanc et le laisser réduire des 2/3.
- Ajouter 0,30 l de fond brun de veau tomaté et le laisser réduire.
- Ajouter 0,020 kg de paprika doux et 0,20 l de crème. Réduire à nouveau.
- Vérifier l'assaisonnement et l'onctuosité.
- Passer la sauce au chinois étamine dans un petit bain-marie et la monter au beurre sans excès.

6. Dresser les médaillons
- Disposer à l'aide d'un petit cercle à entremets, un tampon de riz pilaf au centre des assiettes.
- Placer trois médaillons en triangle autour du riz et les napper uniformément avec la sauce.
- Décorer avec quelques petits dés de poivrons multicolores.

PLATS SIMILAIRES

Mignons de veau aux morilles, pâtes fraîches
- Parer et tailler les filets mignons en piccatas.
- Les assaisonner et les fariner.
- Les sauter au beurre (les cuire rapidement sans les dessécher).
- Dégraisser, ajouter des échalotes ciselées, déglacer avec du porto et ajouter de la crème et du fond de veau lié. Réduire légèrement.
- Ajouter des morilles cuites à la crème et laisser mijoter.
- Dresser, napper avec la sauce réduite et les morilles.
- Accompagner de pâtes fraîches liées au beurre.

Côtes de veau normande
- Sauter les côtes de veau au beurre avec une légère coloration.
- Flamber avec du calvados, débarrasser et réserver les côtes au chaud.
- Ajouter une brunoise de pommes fruit dans le récipient de cuisson.
- Déglacer avec du pommeau et le laisser réduire.
- Ajouter de la crème et un peu de fond brun de veau lié, laisser réduire à nouveau.
- Vérifier l'assaisonnement et aciduler légèrement la sauce avec quelques gouttes de jus de citron.
- Napper les côtes et les accompagner de pommes douces sautées au beurre.



Médaillons de veau au paprika, riz pilaf aux poivrons



CÔTES DE PORC CHARCUTIÈRE, POMME PURÉE

Côtes de porcs sautées, servies nappées d'une sauce réalisée avec des oignons ciselés, du vin blanc, du fond de veau lié et une julienne de cornichons. Au dernier moment, la sauce est montée avec un peu de beurre et de moutarde.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- côtes de porc (carré couvert - côtes premières ou secondes) (8 x 0,200 à 0,250 kg)	kg	1,600 à 2		
- beurre	kg	0,040		
- huile	l	0,04		
Sauce				
- oignons	kg	0,100		
- vin blanc	l	0,02		
- fond brun de veau lié ou sauce espagnole	l	0,40		
- moutarde	kg	0,020		
- beurre	kg	0,040		
- cornichons	kg	0,100		
Garniture				
- pommes de terre Bintje	kg	2		
- lait	l	0,80		
ou				
- lait	l	0,40		
et				
- crème liquide	l	0,40		
- beurre	kg	0,100		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- noix de muscade		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 25 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES CÔTES :			***10 à 12 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 404/405)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les côtes de porc - 10 min *(Voir p. 228)*
- Supprimer les os des vertèbres et le «nerf» des côtes de porc.
- Les dégraisser et les aplatir légèrement (si nécessaire) puis les manchonner.
- Réserver les côtes de porc en enceinte réfrigérée.

3. Marquer les pommes de terre en cuisson - 15 min
- Eplucher, laver et découper les pommes de terre en gros quartiers, puis les rincer à nouveau.
- Marquer les pommes de terre en cuisson dans une grande russe en démarrant la cuisson à l'eau froide.
- Saler au gros sel, écumer et laisser cuire à couvert à faible ébullition durant 25 à 30 min.

4. Préparer la garniture de la sauce charcutière - 10 min
- Eplucher, laver et ciseler finement les oignons.
- Emincer et tailler les cornichons en fine julienne.
- Blanchir, rafraîchir et égoutter la julienne si les cornichons sont trop acides.

5. Confectionner la pomme purée - 15 min
- Mettre le lait à bouillir ou le mélange de lait et crème.
- S'assurer de la cuisson des pommes de terre, puis les égoutter.
- Les passer rapidement au moulin à légumes, puis remettre la pomme purée dans la russe de cuisson et la travailler sur le feu doux avec une spatule en exoglass.
- Ajouter le beurre en parcelles et incorporer progressivement le lait bouillant ou le mélange lait/crème jusqu'à la consistance désirée.
- Vérifier l'assaisonnement et débarrasser la pomme purée dans un bahut en acier inoxydable.
- Répartir un peu de lait bouillant et quelques particules de beurre en surface et réserver la pomme purée à couvert au bain-marie.

6. Marquer les côtes en cuisson - 15 min
- Saler, poivrer et sauter les côtes de porc dans un sautoir avec le beurre et un peu d'huile.
- Cuire doucement les côtes de porc pendant 5 à 6 min sur chaque face, puis les débarrasser sur une plaque munie d'une petite grille ou d'une assiette retournée.
- Réserver les côtes de porc au chaud.

***REMARQUE :** L'à point de la cuisson des côtes se reconnaît à la pression du doigt : elles doivent être fermes au toucher.*

7. Confectionner la sauce - 10 min
- Dégraisser partiellement le sautoir.
- Ajouter les oignons ciselés et les suer doucement sans coloration.
- Déglacer avec le vin blanc et le laisser réduire.
- Ajouter le fond brun de veau lié et terminer la cuisson de la sauce à feu doux durant quelques minutes.
- Ajouter la moutarde hors du feu (ne plus faire bouillir) et passer la sauce au chinois étamine dans un petit bain-marie.
- Ajouter la julienne de cornichons blanchie, puis monter la sauce au beurre.
- Vérifier l'assaisonnement et réserver la sauce à couvert au bain-marie.

8. Dresser les côtes de porc et la pomme purée - 5 min
- Disposer les côtes en couronne sur un grand plat rond.
- Placer le plat à l'entrée du four.
- Mélanger soigneusement la pomme purée, puis la dresser en dôme dans un légumier.
- La lisser et l'onduler délicatement à l'aide d'une spatule métallique.
- Napper uniformément les côtes de porc avec la sauce charcutière.
- Disposer le légumier sur un dessous de plat rond recouvert d'un papier gaufré.



Côtes de porc charcutière

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 planche à découper
- 1 batte à côtelettes
- 1 petit bain-marie
- 1 grande calotte
- 1 bahut
- 1 moulin à légumes
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 grand sautoir ou 1 rondeau plat
- 1 grande russe
- 1 petite russe

Matériel de dressage :

- grands plats ronds
- légumiers
- dessous de légumiers
- papier gaufré

MIGNONS DE PORC À LA MOUTARDE DE MEAUX

1. Préparer les filets mignons de porc

- Les dégraisser, les dénerver et les détailler en noisettes de 0,050 kg chacune à raison de 3 par personne.

2. Marquer les mignons de porc en cuisson

- Les assaisonner et les sauter au beurre clarifié.
- Surveiller attentivement la cuisson, ils doivent être cuits mais sans excès car ils sèchent très facilement.
- Les débarrasser et les réserver au chaud à couvert.

3. Réaliser la sauce

- Dégraisser partiellement le sautoir.
- Ajouter 0,050 kg d'échalotes ciselées.
- Les suer sans coloration.
- Déglacer avec 0,10 l de vin blanc et le réduire des 2/3.
- Ajouter 0,40 l de sauce espagnole ou de fond brun de veau lié, puis 0,10 l de crème.
- Réduire et vérifier l'assaisonnement.

4. Terminer la sauce

- Ajouter hors du feu 0,020 kg de moutarde blanche et ne plus faire bouillir.
- Passer la sauce au chinois étamine dans un petit bain-marie.
- Lui ajouter 0,020 kg de moutarde en grains "à l'ancienne" et la monter avec 0,040 kg de beurre.

5. Dresser les mignons de porc

- Les disposer en couronne et les napper uniformément.
- Servir avec des pâtes fraîches liées au beurre.

PLATS SIMILAIRES

Médaillons de porc panés, sauce Robert

- Sauter les médaillons de porc panés à l'anglaise au beurre clarifié.
- Les dresser en couronne, servir à part une sauce Robert (sauce charcutière sans cornichons).

Côtes de porc hachées façon grand-mère

- Hacher finement la chair des côtes de porc, ajouter un peu d'oignons ciselés étuvés au beurre, de la mie de pain trempée dans du lait et essorée, du beurre en pommade et des œufs. Assaisonner.
- Reconstituer les côtes, replacer l'os, enrober dans un morceau de crépine. Sauter les côtes reconstituées au beurre clarifié. Lustrer.
- Servir avec une sauce moutarde ou Robert.



Mignons de porc à la moutarde de Meaux



ESCALOPES DE VEAU VIENNOISE

Escalopes de veau très aplaties, panées à l'anglaise, sautées, servies avec une garniture décorative de persil haché, de câpres concassées, de blancs et jaunes d'œufs durs hachés, de rondelles de citron pelé à vif, d'olives vertes dénoyautées et de filets d'anchois. Elles sont nappées de beurre noisette.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes sautées à cru, pommes miettes, Parmentier, rissolées, grenaille au beurre, spaghettis milanaise.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- escalopes de veau (8 x 0,150 kg)	kg	1,200		
- beurre	kg	0,040		
- huile d'arachide	l	0,08		
Panure à l'anglaise				
- farine	kg	0,150		
- œufs (entiers)	pièce	3		
- huile d'arachide	l	0,04		
- mie de pain	kg	0,300		
Garniture viennoise				
- œufs	pièce	3		
- câpres	kg	0,080		
- persil	kg	0,040		
- citron (1 pièce)	kg	0,120		
- filets d'anchois à l'huile (8 pièces)	kg	0,120		
- olives vertes (8 pièces)	kg	0,080		
Finition				
- fond brun de veau lié	l	0,20		
- beurre	kg	0,080		
Décor (facultatif)				
- citrons (2 pièces)	kg	0,200		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 10 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES ESCALOPES :			*6 à 8 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer la panure à l'anglaise - 5 min
- Tamiser et réserver la mie de pain dans une plaque à débarrasser.
- Casser, assaisonner et battre les œufs avec une fourchette ou un petit fouet.
- Ajouter l'huile et réserver l'anglaise dans une 2ème plaque à débarrasser.
- Répartir la farine dans une 3ème plaque.

3. Paner les escalopes - 15 min *(voir p. 342/343)*
- Vérifier et parer les escalopes si nécessaire.
- Les aplatir entre 2 feuilles de papier plastifié à l'aide d'une batte à côtelettes.
- Passer successivement les escalopes dans la farine, dans l'anglaise, puis dans la mie de pain.
- Bien faire adhérer la mie de pain et quadriller les escalopes à l'aide du dos d'un couteau éminceur.
- Réserver les escalopes panées en enceinte réfrigérée.

4. Préparer les éléments de la garniture viennoise - 20 min
- Durcir les œufs (10 min environ à partir de l'ébullition).
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil.
- Peler à vif le citron, puis le détailler en 8 tranches régulières.
- Rafraîchir et écaler les œufs durs, puis passer séparément les jaunes et les blancs au travers d'un gros tamis.
- Dénoyauter les olives et les cercler d'un filet d'anchois, puis les disposer sur chaque tranche de citron pelé à vif.
- Dissimuler la cavité de l'olive laissée à l'emplacement du noyau avec une câpre ou une petite branche de persil.
- Egoutter et réserver les câpres (les concasser éventuellement si elles sont trop grosses).

5. Chauffer, réduire légèrement et assaisonner le fond brun de veau lié - 5 min
- Le tamponner et le réserver à couvert.

6. Marquer les escalopes en cuisson - 15 min
- Sauter les escalopes (côté quadrillé en premier) dans un grand rondeau avec de l'huile et du beurre.
- Surveiller attentivement la coloration, puis les retourner.
- Finir la cuisson à feu doux durant quelques minutes.
- Les débarrasser et les assaisonner légèrement à nouveau.

7. Dresser les escalopes - 5 min
- Disposer aux extrémités du plat, en arc de cercle, les éléments de la garniture viennoise (câpres, blancs d'œufs, persil haché, jaunes d'œufs).
- Disposer les escalopes légèrement en biais (dans le sens de la diagonale du plat), le côté quadrillé sur le dessus, en les chevauchant légèrement.
- Verser délicatement autour des escalopes un cordon de fond brun de veau lié, puis les arroser de beurre noisette au moment de l'envoi du plat.
- Placer une tranche de citron surmontée d'une olive et d'un filet d'anchois sur chaque escalope.
- Festonner facultativement les bords du plat avec des demi-lamelles de citron.



Escalopes de veau viennoise

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 3 petites calottes
- 1 batte à côtelette
- 1 petit bain-marie
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 grande poêle ovale ou 1 grand rondeau plat
- 1 petite sauteuse
- 1 petite poêle ronde

Matériel de dressage :

- grands plats longs ou torpilleurs

ESCALOPES DE VEAU «CORDON BLEU»

1. Préparer les escalopes

- Détailler 16 petites escalopes de 0,060 à 0,070 kg.
- Les aplatir entre 2 feuilles de papier plastifié légèrement humide.
- Leur donner une forme ovale et très régulière.

2. Réaliser le montage des escalopes

- Recouvrir la planche à découper d'une feuille de papier sulfurisé humide ou d'un film plastique alimentaire.
- Disposer 8 escalopes (choisir les plus petites s'il y a lieu).
- Les badigeonner avec de l'œuf entier battu et les assaisonner.
- Les recouvrir d'une fine tranche de jambon très légèrement fumé et peu salé.
- Parer les tranches de jambon de manière à ce qu'elles soient légèrement plus petites que les escalopes.
- Placer une fine tranche de gruyère sur chaque tranche de jambon.
- Recouvrir d'une autre fine tranche de jambon, puis badigeonner à nouveau d'œuf battu à l'aide d'un pinceau.
- Recouvrir avec les 8 autres escalopes (plus grandes de préférence) et bien souder les bords en appuyant fortement.

3. Paner les escalopes à l'anglaise

- Bien faire adhérer la mie de pain et les quadriller avec le dos d'un gros couteau.

4. Marquer les escalopes en cuisson

- Sauter les escalopes dans un mélange de beurre et d'huile.
- Placer le côté quadrillé en premier, le laisser bien dorer, puis retourner les escalopes et finir la cuisson à feu plus modéré.

5. Dresser les escalopes

- Les arroser de beurre noisette et de jus de citron, disposer une lamelle de citron pelé à vif sur chaque escalope.

PLATS SIMILAIRES

Escalopes de veau milanaise

- Paner les escalopes à la milanaise (mélange de parmesan et de mie de pain).
- Sauter au beurre clarifié.
- Servir avec spaghettis ou macaronis accompagnés de parmesan râpé, d'une fondue de tomates et d'une sauce milanaise (voir aussi «médaillon de veau zingara» : fond brun de veau lié tomaté, madère, julienne de champignons, de truffes, de jambon et de langue écarlate).

Côtes de porc panées à l'anglaise

- Paner les côtes de porc et les sauter au beurre clarifié.
- Les dresser en couronne en les intercalant avec une tranche de jambon ou de bacon sauté ou grillé.
- Arroser de beurre noisette.

Blancs de dinde panés Holstein

- Paner les blancs de dinde et les sauter au beurre clarifié.
- Disposer un œuf sauté à la poêle et paré sur chaque escalope.
- Quadriller avec des lanières de filets d'anchois.



Escalopes milanaise



CÔTES D'AGNEAU MARÉCHALE

Côtes d'agneau panées à l'anglaise et sautées, servies avec des pointes d'asperges au beurre et des lamelles de truffe, nappées de beurre noisette.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- 2 carrés d'agneau couverts de 8 côtes	kg	2		
ou				
- 16 côtes d'agneau découvertes	kg	2		
- beurre	kg	0,040		
- huile d'arachide	l	0,08		
Panure à l'anglaise				
- farine	kg	0,150		
- œufs (entiers)	pièce	3		
- huile d'arachide	l	0,04		
- mie de pain	kg	0,300		
Garniture				
- pointes d'asperges	kg	1,600		
- beurre	kg	0,040		
- truffes entières (2 petites pièces)	kg	0,050		
Finition				
- fond brun de veau lié	l	0,20		
- beurre	kg	0,080		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 25 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES CÔTES :			*6 à 8 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les carrés et détailler les côtes d'agneau - 20 min *(voir p. 214 à 216)*
- Arracher la peau parcheminée, éliminer les os des vertèbres et le «nerf».
- Détailler les côtes et les manchonner.
- Les aplatir légèrement entre 2 feuilles de papier plastifié à l'aide d'une batte à côtelettes.
- Réserver les côtes d'agneau en enceinte réfrigérée.

3. Préparer la panure à l'anglaise - 5 min *(voir p. 342)*
- Tamiser et réserver la mie de pain dans une plaque à débarrasser.
- Casser, assaisonner et battre les œufs à l'aide d'une fourchette ou d'un petit fouet.
- Ajouter l'huile et réserver l'anglaise dans une 2ème plaque à débarrasser.
- Répartir la farine dans une 3ème plaque.

4. Paner les côtes d'agneau - 10 min *(voir p. 342/343)*
- Passer successivement les côtes dans la farine, dans l'anglaise, puis dans la mie de pain tamisée.
- Bien faire adhérer la mie de pain, puis régulariser l'épaisseur des côtes et les quadriller à l'aide du dos d'un couteau éminceur.
- Réserver les côtes jusqu'au moment de leur cuisson en enceinte réfrigérée.

5. Préparer et marquer les asperges en cuisson - 20 min
- Eplucher, laver et botteler les asperges *(voir pages 45/46 «Asperges sauce mousseline»).*
- Les cuire à l'anglaise dans une grande quantité d'eau bouillante salée pendant environ 10 min.
- S'assurer de la cuisson des asperges, les rafraîchir, puis les égoutter délicatement.

6. Préparer les truffes - 3 min
- Parer et détailler les truffes en 16 tranches régulières, les réserver dans un peu de fond brun de veau.

7. Chauffer, réduire légèrement et assaisonner le fond brun de veau - 2 min
- Le tamponner et le réserver à couvert.

8. Marquer les côtes en cuisson - 10 min
- Sauter les côtes, côté quadrillé en premier, dans un sautoir avec de l'huile et du beurre.
- Surveiller attentivement la coloration puis les retourner.
- Finir la cuisson durant quelques minutes (les maintenir rosées).
- Les débarrasser et les assaisonner légèrement à nouveau.

9. Chauffer les asperges - 5 min
- Disposer délicatement les asperges dans une plaque beurrée.
- Assaisonner, puis recouvrir la plaque avec un papier sulfurisé beurré.
- Placer les asperges dans un four doux à 160 °C pendant quelques minutes.

10. Dresser les côtes d'agneau maréchale - 5 min
- Dresser les côtes d'agneau en couronne sur un grand plat rond.
- Disposer un bottillon d'asperges entre chaque côte et les lustrer au beurre.
- Verser délicatement un petit cordon de fond brun de veau lié tout autour des côtes.
- Arroser les côtes de beurre noisette au moment de l'envoi du plat.
- Disposer une lame de truffe sur chaque côte.



Côtes d'agneau maréchale

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 grandes calottes
- 1 planche à découper
- 1 batte à côtelettes
- 1 tamis

Matériel de cuisson :

- 1 grand sautoir ou un rondeau plat
- 1 rondeau haut ou une grande russe
- 1 petite sauteuse
- 1 petite poêle ronde

Matériel de dressage :

- grands plats ronds

ÉPIGRAMMES D'AGNEAU

1. Préparer les épigrammes

- Cuire longuement par braisage à blanc 1,500 kg de morceaux de poitrine et de collier d'agneau avec un pied de veau concassé ou pocher les morceaux à court-mouillement dans un fond blanc corsé.
- Egoutter et désosser soigneusement les morceaux.
- Concasser la chair et la débarrasser sur 2 cm d'épaisseur environ dans une plaque huilée.
- Couvrir, mettre sous presse et laisser raffermir en enceinte réfrigérée (l'appareil doit prendre en gelée).

2. Réaliser les épigrammes et les paner

- Détailler les épigrammes à l'aide d'un emporte-pièce en forme de cœur allongé.
- Paner les épigrammes à l'anglaise.

3. Paner en même temps 8 côtelettes d'agneau découvertes parées et manchonnées

4. Marquer les épigrammes et les côtes en cuisson

- Sauter les côtes et les épigrammes dans 0,080 kg de beurre clarifié (ou éventuellement les griller à feu doux).
- Surveiller attentivement la cuisson, la mie de pain colore très facilement. Assaisonner.

5. Dresser les épigrammes

- Dresser la garniture au centre d'un grand plat rond (petits pois au lard, jardinière de légumes,...).
- Disposer les épigrammes en couronne en alternant une côte et un épigramme.
- Placer une papillote aux manches des côtes.
- Lustrer au beurre clarifié et verser tout autour un cordon de sauce demi-glace réduite, additionnée de fond de braisage ou de pochage de la viande.

PLATS SIMILAIRES

Côtes d'agneau panées bretonne

- Sauter les côtes d'agneau panées selon la méthode ci-contre.
- Garnir le centre du plat de haricots blancs ou de flageolets additionnés d'une fondue de tomates réalisée au beurre et d'oignons ciselés.
- Parsemer de persil haché.

Côtes d'agneau Marie-Louise

- Côtes d'agneau panées et sautées.
- Garnir de petits fonds d'artichauts étuvés contenant de la purée de champignons et de la purée d'oignons mélangées.
- Servir à part une saucière de jus d'agneau légèrement lié.

Côtes d'agneau bergère

- Côtes d'agneau panées et sautées.
- Dresser en couronne sur un grand plat rond en alternant des tranches de jambon grillé, des morilles ou des mousserons sautés et des petits oignons glacés.
- Garnir le centre du plat avec des pommes paille.



Épigramme d'agneau



PAVÉS DE BICHE SAUTÉS, SAUCE GRAND VENEUR

Tranche épaisse de biche marinée et sautée, servie rosée avec une sauce brune réalisée à partir de la marinade réduite de fond de gibier crémé et de gelée de groseilles.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : purée de marrons, de céleri, de potimarron ; pommes noisettes, parisienne, cocotte ; endives, céleris braisés ; pommes fruit au four, poires pochées au vin.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Elément de base				
- pavés de biche (rumsteak) (8 x 0,140 à 0,150 kg)	kg	1,200		
- parures maigres de gibier	kg	PM		
- huile	l	0,40		
- beurre	kg	0,020		
Marinade				
- vin rouge	bt	1		
- vinaigre de vin	l	0,04		
- cognac	l	0,04		
- huile	l	0,04		
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- bouquet garni avec céleri	pièce	1		
- baies de genièvre	kg	PM		
- clous de girofle	kg	PM		
- poivre en grains	kg	PM		
Sauce poivrade				
- beurre	kg	0,020		
- huile	l	0,02		
- parures de gibier	kg	PM		
- garniture aromatique de la marinade	kg	PM		
- marinade	l	PM		
- fond brun de veau lié *ou*	l	1,5		
- sauce espagnole pas trop liée	l	1,5		
Finition de la sauce				
- crème liquide	l	PM		
- gelée de groseille	kg	PM		
- beurre	kg	PM		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*55 min à 1 h*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*6 à 8 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Détailler et parer les pavés de biche - 5 min

3. Les placer en marinade au vin rouge - 5 min *(voir p. 332)*
- Filmer et réserver en enceinte réfrigérée.

4. Réaliser la sauce poivrade - 20 min *(voir p. 263)*
- Faire revenir les parures de gibier.
- Ajouter la garniture aromatique de la marinade.
- Déglacer avec les 3/4 de la marinade.
- Réduire des 2/3.
- Ajouter le fond brun de veau lié ou la sauce espagnole.
- Cuire lentement durant une trentaine de minutes.
- Dépouiller si nécessaire.
- Passer la sauce poivrade au chinois étamine.
- La beurrer en surface et la réserver à couvert au bain-marie.

5. Sauter les pavés de biche - 10 min
- Les éponger soigneusement et les assaisonner.
- Les saisir dans un sautoir avec de l'huile et du beurre clarifié.
- Les maintenir «rosés» et les débarrasser sur une plaque munie d'une grille.

6. Réaliser la sauce grand veneur - 8 min
- Faire pincer les sucs si nécessaire et dégraisser le sautoir.
- Déglacer avec le reste de la marinade.
- La faire réduire «presqu'à sec».
- Ajouter la sauce poivrade, réduire légèrement.
- Crémer, réduire à nouveau.
- Vérifier la couleur, l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Passer la sauce au chinois étamine dans une petite sauteuse.
- Ajouter la gelée de groseille.
- Tamponner et réserver la sauce à couvert au bain-marie.

7. Dresser les pavés de biche
- Les dresser en couronne sur un grand plat rond (ils peuvent être disposés sur des croûtons de pain de mie frits et lustrés à la glace de viande).
- Passer le plat durant quelques secondes dans un four.
- Napper uniformément.
- Dresser la garniture d'accompagnement à part.



Pavé de biche sauté, sauce grand veneur

Matériel de préparation :
- 2 plaques à débarrasser
- 1 plaque creuse en acier inoxydable
- 1 petit bain-marie
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :
- 2 grandes sauteuses

Matériel de dressage :
- grands plats ronds ou assiettes de base
- saucières
- dessous de saucières
- papier gaufré

NOISETTES DE CHEVREUIL, SAUCE DIANE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Détailler 1,200 kg de filets de chevreuil en noisettes régulières (à raison de 3 par personne)

3. Les placer dans une marinade instantanée à base d'huile, de jus de citron, de baies de genièvre, de poivre en grains et de fleurs de thym
- Filmer et réserver en enceinte réfrigérée.

4. Marquer les noisettes en cuisson
- Egoutter soigneusement et assaisonner les noisettes.
- Les saisir dans un sautoir avec 0,04 l d'huile et 0,020 kg de beurre clarifié.
- Les maintenir «rosées» et les débarrasser dans une plaque munie d'une grille.

5. Tailler 8 tranches de pain de mie et les sauter avec 0,040 kg de beurre clarifié

6. Réaliser la sauce Diane
- Si nécessaire, faire pincer les sucs.
- Dégraisser.
- Déglacer avec 0,04 l de cognac et le faire flamber.
- Ajouter 0,50 l de sauce poivrade.
- Réduire la sauce d'un tiers.
- Ajouter 0,10 l de crème et réduire à nouveau.
- S'assurer de la consistance et de l'assaisonnement.
- Passer la sauce au chinois étamine et la monter avec 0,040 kg de beurre.

7. Dresser les noisettes
- Disposer les croûtons sur le plat de service.
- Placer les noisettes sur les croûtons.
- Napper uniformément avec la sauce Diane.

Garnitures d'accompagnement :
- Coffrets de pomme ou de poire garnis d'airelles ou de canneberges.
- Champignons sautés.
- Mousseline de marrons, de céleri, de potimarron.
- Pommes cocotte, noisettes, parisienne.
- Gratin de pommes fruit et de céleri-rave à la crème.

PLATS SIMILAIRES

Noisettes de chevreuil aux cerises
- Noisettes de chevreuil mises en marinade instantanée et sautées au beurre clarifié, les maintenir rosées.
- Dresser en couronne sur des croûtons sautés au beurre clarifié.
- Garnir le centre de l'assiette de griottes dénoyautées étuvées avec du cherry et une brunoise de zestes d'orange et de citron.
- Lier la sauce poivrade de base à la gelée de groseille.
- Napper uniformément.

Pavé de biche chasseur
- Pavé de biche mariné et sauté au beurre clarifié, maintenu rosé.
- Dresser sur croûtons frits.
- Napper d'une excellente sauce chasseur aux champignons sauvages.
- Accompagner de pommes noisettes ou parisienne.



Noisettes de chevreuil, sauce Diane



NOISETTES D'AGNEAU À LA CRÈME D'AIL

Petites pièces de filet d'agneau extrêmement tendres, sautées, rosées à cœur et accompagnées d'une sauce à base de fond brun d'agneau monté à la crème parfumée à l'ail.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : mini-pommes Anna, Darphin, pommes paillasson ; légumes farcis, fleurs de courgettes farcies ; mini-ratatouille, flan provençal.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- selles anglaises d'agneau (2 x 2 kg)	kg	4		
ou				
- 4 carrés d'agneau de 0,800 kg	kg	3,200		
- beurre	kg	0,040		
- huile d'olive	l	0,04		
- os et parures maigres des selles ou des carrés	kg	PM		
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- ail (2 gousses)	kg	0,020		
- thym	kg	PM		
- tomates	kg	0,100		
- fond brun de veau lié déshydraté	kg	0,060		
ou				
- jus de rôti d'agneau	l	1		
ou				
- fond brun de veau lié	l	1		
Crème d'ail				
- ail rose de Lautrec (1 tête)	kg	0,100		
- beurre	kg	0,020		
- crème liquide	l	0,20		
- fond brun d'agneau lié	l	PM		
Finition				
- vin blanc	l	0,08		
- crème liquide	l	0,20		
- beurre	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 15 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*10 à 12 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les selles anglaises ou les carrés - 20 min
- Les désosser entièrement, dénerver soigneusement les filets et détailler les noisettes à raison de 3 pièces par personne.
- Les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Eplucher et laver les légumes - 5 min
- Tailler les carottes et les oignons en fine mirepoix pour le fond d'agneau.
- Dégermer les gousses d'ail.

4. Marquer un fond brun d'agneau - 10 min
- Utiliser les os et les parures maigres.
- Les lier légèrement en fin de cuisson avec le fond brun de veau lié ou le fond déshydraté.
- Le passer et le réserver à couvert au bain-marie.

5. Réaliser la crème d'ail - 10 min
- Blanchir à deux reprises les gousses d'ail.
- Les étuver avec le beurre puis les cuire lentement avec un peu de fond brun d'agneau.
- Crémer, réduire à nouveau et assaisonner.
- Passer au mixeur, beurrer en surface et réserver.

6. Marquer les noisettes en cuisson - 12 min
- Les assaisonner puis les sauter avec l'huile et le beurre, les saisir puis réduire le feu.
- Les maintenir rosées avec une légère coloration.
- Les débarrasser sur grille et les réserver au chaud.

7. Réaliser la sauce - 8 min
- Dégraisser la sauteuse.
- Déglacer avec le vin blanc et le laisser réduire des 2/3.
- Ajouter le fond d'agneau légèrement lié.
- Réduire à nouveau.
- Incorporer la crème d'ail et les 0,20 l de crème.
- Réduire, vérifier la consistance et l'assaisonnement.
- Passer la sauce au chinois étamine et la monter au beurre sans excès.

8. Dresser les noisettes - 5 min
- Les dresser en couronne sur plats ronds ou sur assiettes.
- Napper uniformément.

VIANDES DE BOUCHERIE GRILLÉES



Bref rappel de technologie

Cette technique de cuisson rapide s'applique principalement à des petites pièces de viande individuelles ou pour deux personnes de première catégorie provenant d'animaux jeunes et tendres.

Les pièces de viandes rouges ne sont jamais assaisonnées à l'avance (le sel fait ressortir le sang), elles le sont juste avant ou après la cuisson, elles sont retournées à l'aide d'une spatule et non pas piquées à la fourchette. Ces pièces se font marcher à la commande selon le point de cuisson souhaité par le client. Les pièces épaisses (côtes de bœuf, chateaubriands...) doivent reposer au chaud durant une dizaine de minutes avant d'être découpées. La cuisson est souvent terminée au four.

Les pièces de viande grillées sont toujours lustrées au beurre clarifié à l'envoi et accompagnées d'un bouquet de cresson aux tiges courtes dissimulées sous la viande. Il est fréquent de servir en accompagnement du beurre maître d'hôtel, de la sauce béarnaise ou une sauce dérivée (choron, Foyot, paloise,...).





Entrecôtes grillées, sauce choron







Mixed-grill en brochette



Côtes d'agneau grillées vert-pré



Côtes de porc grillées

Techniques mises en œuvre

- **Détailler un contre-filet**
- **Tailler des steaks**
- **Tailler des tournedos**
- **Tailler des chateaubriands**
- **Tailler et parer des côtes**
- **Tailler et parer des côtelettes**
- **Monter des brochettes**
- **Griller des viandes rouges**
- **Griller des viandes blanches**
- **Réaliser un beurre composé**
- **Réaliser de la sauce béarnaise**
- **Réaliser des sauces dérivées de la sauce béarnaise**
- **Laver, trier, réserver du cresson**

Garnitures d'accompagnement conseillées



- Pommes sèches traitées à la friture (pommes paille, allumettes, Pont-Neuf).
- Légumes verts au beurre.
- Légumes grillés (tomates, champignons).



STEAKS GRILLÉS, SAUCE BÉARNAISE POMMES PONT-NEUF

Tranches de contre-filets, d'entrecôtes ou de rumstecks taillées épaisses pour 2 personnes, grillées au point de cuisson souhaité et accompagnées de pommes de terre frites taillées à la main en gros bâtonnets. Les steaks grillés sont servis avec une sauce réalisée à partir de jaunes d'œufs, de beurre, d'échalotes, de cerfeuil et d'estragon.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- contre-filets parés (4 x 0,300 à 0400 kg)	**kg**	**1,200 à 1,600**		
ou				
- rumstecks (4 x 0,300 à 0,400 kg)	**kg**	**1,600**		
ou				
- entrecôtes (4 x 0,400 kg)	**kg**	**1,600**		
- huile	**l**	**0,08**		
Finition				
- beurre	**kg**	**0,020**		
- cresson	**botte**	**1/2**		
Sauce béarnaise				
Réduction :				
- vinaigre d'alcool	**l**	**0,04**		
- vin blanc	**l**	**0,04**		
- poivre en grains (mignonnette)	**kg**	**PM**		
- échalotes grises	**kg**	**0,040**		
- cerfeuil	**botte**	**1/8**		
- estragon	**botte**	**1/4**		
Sabayon :				
- œufs (jaunes)	**pièce**	**4**		
- eau	**l**	**PM**		
Finition :				
- beurre	**kg**	**0,250**		
- cerfeuil	**botte**	**1/8**		
- estragon	**botte**	**1/8**		
- persil (facultatif)	**kg**	**PM**		
Garniture				
- pommes de terre Bintje	**kg**	**2,500**		
- friture	**l**	**PM**		
Assaisonnement				
- sel fin		**PM**		
- poivre du moulin		**PM**		
Coût matières pour 8 couverts			**...... €**	
Coût matières pour 1 couvert			**...... €**	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 25 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : variable selon l'à point de cuisson désiré par le client				

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Vérifier et parer les steaks si nécessaire - 5 min
- Les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Mettre le beurre à clarifier pour la sauce béarnaise - 2 min
- Découper le beurre en petites parcelles et le laisser fondre doucement sans y toucher au bain-marie.

4. Eplucher et tailler les pommes Pont-Neuf - 20 min *(voir p. 128)*
- Eplucher et laver les pommes de terre.
- Les parer sans exagération et tailler les pommes Pont-Neuf (bâtonnets de 6 à 7 cm de long sur 1 cm de section carrée).
- Rincer soigneusement les pommes et les réserver dans un bahut avec de l'eau froide.

5. Laver, trier et équeuter le cresson - 5 min *(voir p. 88/89)*
- Le réserver au frais dans une plaque avec de l'eau.

6. Préparer la réduction de la sauce béarnaise - 10 min
- Eplucher, laver et ciseler finement les échalotes.
- Laver, effeuiller et hacher le cerfeuil et l'estragon.
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil.
- Concasser le poivre en grains.
- Réunir dans une petite sauteuse les échalotes ciselées, la moitié de l'estragon haché, la mignonnette et un peu de cerfeuil.
- Ajouter le vinaigre et le vin blanc, laisser réduire presque jusqu'à sec.
- Laisser refroidir la réduction.

7. Pocher les pommes Pont-Neuf - 10 min *(voir p. 454/455)*
- Les pocher ou les blanchir sans coloration dans un bain de friture à 155-160 °C.

8. Confectionner la sauce béarnaise - 10 min
- Clarifier les œufs et ajouter les jaunes à la réduction refroidie.
- Ajouter 0,02 l d'eau froide et fouetter énergiquement sur un feu très doux.
- Retirer la sauteuse du feu lorsque les œufs ont atteint une consistance mousseuse et que chaque coup de fouet laisse apercevoir le fond de la sauteuse.
- Saler et incorporer progressivement le beurre clarifié et décanté.
- Passer la sauce au chinois étamine dans un petit bain-marie en acier inoxydable.
- Ajouter le cerfeuil et l'estragon haché (éventuellement un peu de persil haché).
- Vérifier l'assaisonnement et réserver la sauce à couvert dans un endroit tiède (40/50 °C maximum).

9. Marquer les steaks en cuisson - 10 min *(voir p. 432/434)*
- Nettoyer, brosser et huiler le gril si nécessaire.
- Enduire les steaks d'une fine couche d'huile, puis les poser sur le gril dans le sens de la diagonale.
- Quadriller la 1ère face en les faisant pivoter d'un quart de tour (laisser cuire quelques minutes suivant l'épaisseur de la viande et le point de cuisson souhaitée par le client : bleu, saignant, à point, bien cuit).
- Retourner les steaks et quadriller l'autre face.
- Débarrasser les steaks sur une plaque munie d'une petite grille ou d'une assiette retournée.
- Assaisonner de sel fin et de poivre du moulin.

10. Terminer la cuisson des pommes Pont-Neuf - 5 min
- Plonger à nouveau les pommes dans un bain de friture à 180 °C.
- Les laisser dorer, puis les égoutter soigneusement sur du papier absorbant.
- Saler au sel fin.



Steaks grillés, sauce béarnaise, pommes Pont-Neuf.

11. Dresser les steaks grillés, les pommes Pont-Neuf et la sauce béarnaise - 3 min
- Dresser les steaks sur un grand plat long beurré, dans le sens de la diagonale (le côté quadrillé en premier sur le dessus).
- Les lustrer au beurre clarifié.
- Disposer un ou deux bouquets de cresson aux extrémités du plat.
- Dresser les pommes Pont-Neuf «en buisson» sur un plat rond recouvert d'un papier gaufré.
- Dresser la sauce béarnaise en saucière.

CONTRE-FILET GRILLÉ, BEURRE MAÎTRE D'HÔTEL

1. Mettre en place le poste de travail

2. Tailler et parer 4 contre-filets de 0,350 kg chacun, les réserver en enceinte réfrigérée

3. Tailler 2,5 kg de pommes de terre Bintje en pommes allumettes *(voir p. 126/127)*
- Les rincer et les égoutter soigneusement.

4. Pocher ou blanchir les pommes allumettes
- Les cuire sans coloration, les égoutter et les réserver.

5. Réaliser le beurre Maître d'hôtel
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher finement 0,040 kg de persil.
- Presser le jus d'un demi-citron.
- Mélanger à la spatule dans une petite calotte, 0,160 kg de beurre extra-fin en pommade avec le persil haché bien essoré et le jus d'un demi-citron.
- Assaisonner et dresser le beurre Maître d'hôtel en saucière.
- Le réserver à la température ambiante, il doit être servi à la cuillère.

6. Griller les contre-filets à la commande
- Les griller au point de cuisson souhaité par le client *(voir p. 420/422).*

7. Terminer la cuisson des pommes allumettes
- Les plonger dans le bain de friture à 180 °C. Les égoutter, les saler et les dresser en buisson sur un plat rond recouvert d'un papier gaufré.

8. Dresser les contre-filets
- Les dresser sur plat ou sur assiette, les lustrer au beurre clarifié et disposer un petit bouquet de cresson, les tiges courtes dissimulées sous la viande.

Matériel de préparation :
- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 passoire à queue
- 1 chinois étamine
- 1 araignée
- 1 bahut
- 1 planche à découper
- 1 petit bain-marie
- 1 grande plaque GN 1/1
- 1 petite grille

Matériel de cuisson :
- 1 gril
- papier absorbant
- 1 friteuse

Matériel de dressage :
- plats longs plats
- plats ronds
- saucières
- dessous de saucières
- papier gaufré

PLATS SIMILAIRES

Tournedos grillés sauce Choron
- Griller les tournedos à l'à point de cuisson demandé. Les lustrer au beurre clarifié, les accompagner de cresson et de sauce Choron (sauce béarnaise sans addition finale de cerfeuil et d'estragon hachés, additionnée de fondue de tomates très réduite ; la sauce béarnaise doit être ferme).

Tournedos grillés Henri IV
- Tournedos grillés accompagnés de fonds d'artichauts étuvés au beurre et garnis de petites pommes noisettes rissolées au beurre.
- Servir à part une saucière de sauce béarnaise.

Entrecôtes grillées Mirabeau
- Entrecôtes grillées et quadrillées de lanières de filets d'anchois, garnies d'olives dénoyautées et de feuilles d'estragon blanchies.
- Servir à part une saucière de beurre d'anchois.

Tournedos Belle-Hélène
- Tournedos grillés accompagnés de pommes paille, d'un bouquet de cresson et de fonds d'artichauts garnis de sauce béarnaise.



Contre-filets grillés



CÔTES DE BŒUF ET ENTRECÔTES GRILLÉES, POMMES CROQUETTES, SAUCE BORDELAISE

Côtes de bœuf pour 4 personnes, grillées, accompagnées de rondelles de moelle pochée, servies avec une sauce brune réalisée à partir de réduction de vin rouge et d'échalotes ciselées, mouillée avec du fond brun de veau lié.
Des petits dés de moelle sont ajoutés dans la sauce au moment de l'envoi.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- côtes de bœuf parées et détalonnées (2 x 1,200 à 1,400 kg)	kg	2,400 à 2,800		
ou				
- entrecôtes (4 x 0,300 à 0,400 kg)	kg	1,200 à 1,600		
- huile	l	0,08		
Finition				
- beurre	kg	0,020		
- cresson	botte	1/2		
- moelle de bœuf (8 lamelles)	kg	0,080		
- vinaigre	l	PM		
Sauce bordelaise				
- vin rouge (bordeaux supérieur)	l	0,20		
- échalotes	kg	0,040		
- mignonnette	kg	PM		
- thym, laurier	kg	PM		
- fond brun de veau lié *ou* sauce espagnole	l	0,40		
- glace de viande (facultatif)	l	PM		
- moelle de bœuf	kg	0,080		
- beurre	kg	0,040		
- persil	kg	0,020		
Pomme Duchesse				
- pommes de terre Bintje	kg	1,5		
- beurre	kg	0,100		
- œufs (jaunes)	pièce	4 à 6		
Panure à l'anglaise				
- farine	kg	0,100		
- œufs (entiers)	pièce	3		
- huile	l	0,05		
- mie de pain	kg	0,300		
Friture	l	PM		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- noix de muscade		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 45 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES CÔTES DE BŒUF :			*20 min + 15 min de repos*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer la viande - 10 min *(voir p. 222/224)*
- Réserver les entrecôtes ou les côtes de bœuf en enceinte réfrigérée.
- Dégorger et raffermir la moelle dans de l'eau glacée et la réserver en chambre froide.

3. Marquer la pomme Duchesse en cuisson - 15 min *(voir p. 322/324)*
- Les marquer en cuisson à l'anglaise (départ eau froide).
- Saler au gros sel et écumer si nécessaire.
- Cuire les pommes de terre pendant 20 à 25 min environ.

4. Préparer les éléments pour paner les pommes croquettes - 10 min (anglaise et mie de pain tamisée)
- Prévoir 0,100 kg de farine dans une petite calotte.

5. Laver, trier et équeuter le cresson - 5 min *(voir p. 88/89)*
- Le réserver au frais dans une plaque avec un peu d'eau.

6. Confectionner la pomme Duchesse - 10 min *(voir p. 322/324)*

7. Préparer les éléments de la sauce bordelaise - 10 min
- Eplucher, laver et ciseler finement les échalotes.
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil.
- Détailler 8 rondelles de moelle et le reste en petits dés réguliers. Réserver les rondelles et les dés de moelle dans de l'eau glacée légèrement vinaigrée.
- Ecraser quelques grains de poivre.

8. Façonner et paner les pommes croquettes - 15 min
- Façonner les pommes croquettes sur une table farinée (leur donner la forme d'un gros bouchon).
- Les passer successivement dans l'anglaise, puis dans la mie de pain.
- Rectifier la forme si nécessaire et réserver les croquettes de pommes de terre en enceinte réfrigérée.

9. Confectionner la sauce bordelaise - 10 min
- Dans une petite sauteuse, réunir le vin rouge, l'échalote ciselée, quelques fragments de feuille de laurier, de fleur de thym et la mignonnette.
- Laisser réduire presque jusqu'à sec.
- Ajouter le fond brun de veau lié et éventuellement quelques gouttes de glace de viande si le fond n'est pas suffisamment corsé.
- Laisser réduire la sauce quelques minutes et la dépouiller si nécessaire.
- Monter légèrement la sauce au beurre hors du feu, puis la passer au chinois étamine dans un petit bain-marie en acier inoxydable.
- Plonger les dés de moelle quelques secondes dans de l'eau bouillante.
- Les égoutter soigneusement et les ajouter à la sauce.
- Tamponner et réserver à couvert la sauce au bain-marie.

10. Marquer les entrecôtes ou les côtes de bœuf en cuisson - 15 min *(voir p. 421/422)*
(20 à 25 min avant l'envoi du plat pour les côtes de bœuf)
(10 à 15 min avant l'envoi du plat pour les entrecôtes)

11. Frire les pommes croquettes - 5 min
- Plonger les pommes croquettes dans un bain de friture à 170 °C.
- Les égoutter soigneusement sur du papier absorbant et les saler légèrement au sel fin.

12. Dresser les entrecôtes ou les côtes de bœuf bordelaise - 5 min
- Disposer les côtes de bœuf légèrement en biais sur le plat de service, dans le sens de la diagonale.



Côtes de bœuf grillées, pommes croquettes, sauce bordelaise

- Placer 4 lames de moelle sur chaque côte de bœuf et lustrer le tout au beurre clarifié.
- Disposer 1 ou 2 bouquets de cresson aux extrémités du plat.
- Dresser les pommes croquettes en «pyramide» sur un plat long recouvert d'un papier gaufré.
- Dresser la sauce bordelaise en saucière et lui ajouter une pincée de persil haché.

PLATS SIMILAIRES

Pièces de bœuf grillées beurre Bercy (entrecôtes, contre-filets, tournedos, rumstecks, steaks)

- Griller les pièces de bœuf à l'à point de cuisson demandé.
- Les lustrer au beurre clarifié ou à la glace de viande fondue.
- Servir à part une saucière de beurre Bercy en pommade (vin blanc réduit avec échalotes ciselées et refroidi, ajouter du beurre en pommade, du persil haché, un jus de citron, du sel, du poivre et des petits dés de moelle dégorgée et blanchie).

Entrecôtes grillées beurre marchand de vin

- Griller les entrecôtes à l'à point de cuisson demandée.
- Les lustrer au beurre clarifié ou à la glace de viande fondue.
- Servir à part une saucière de beurre marchand de vin en pommade (vin rouge réduit avec échalotes ciselées et refroidi, ajouter du beurre en pommade, du sel, du poivre, un jus de citron, du persil haché et de la glace de viande fondue).



Entrecôtes grillée Saint-Florentin

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 passoire à queue
- 1 petit bain-marie
- 1 petite grille
- 1 tamis et 1 pilon
  ou
- 1 presse purée
- 1 bahut
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine
- 1 araignée

Matériel de cuisson :

- 1 gril
- 1 friteuse (papier absorbant)
- 1 sauteuse moyenne
- 1 grande russe

Matériel de dressage :

- grands plats longs
- dessous de saucières
- saucières
- papier gaufré

ENTRECÔTES GRILLÉES SAINT-FLORENTIN

1. Préparer les entrecôtes et la moelle
- Parer 4 entrecôtes de 0,400 kg et les réserver en enceinte réfrigérée.
- Détailler 0,150 kg de moelle en petits dés et les dégorger dans de l'eau glacée légèrement vinaigrée.

2. Réaliser les pommes Saint-Florentin
- Réaliser une pomme Duchesse selon la technique et les proportions ci-contre.
- Y ajouter 0,200 kg de jambon taillé en fine brunoise ou haché.
- Façonner les pommes en forme de petits bouchons.
- Les paner au vermicelle, puis les aplatir pour leur donner une forme rectangulaire.
- Les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Réaliser la sauce bordelaise au vin blanc
- Voir fiche ci-contre, remplacer le vin rouge par du vin blanc.

4. Réaliser les cèpes à la bordelaise
- Sauter 0,400 kg de cèpes dans de l'huile très chaude.
- Les assaisonner et leur ajouter 0,040 kg d'échalotes ciselées, 0,020 kg de persil haché et le jus d'un demi-citron.

5. Griller les entrecôtes
- Les huiler très légèrement et les poser sur le gril dans le sens de la diagonale pour les quadriller.
- Les griller à l'à point de cuisson demandé, puis les débarrasser sur une plaque munie d'une grille ou d'une assiette retournée.
- Assaisonner les entrecôtes de sel fin et de poivre du moulin.
- Frire les pommes Saint-Florentin.
- Les plonger dans un bain de friture à 170 °C.
- Lorsqu'elles sont dorées et croustillantes, les égoutter sur du papier absorbant et les saler.

6. Dresser les entrecôtes
- Les disposer sur un grand plat ovale en les chevauchant légèrement puis les lustrer au beurre clarifié.
- Disposer harmonieusement les cèpes à la bordelaise et les pommes Saint-Florentin.
- Verser un cordon de sauce tout autour des entrecôtes ou la servir à part en saucière.



MIXED-GRILL

Mélange de viandes de boucherie (côtes d'agneau, filet de veau, de bœuf), d'abats (rognons d'agneau) et de charcuteries (chipolatas, tranches de bacon), grillées, accompagnées de pommes paille et de beurre Maître d'hôtel.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- côtes d'agneau (8 x 0,100 kg)	kg	0,800		
- rognons d'agneau (8 x 0,050 kg)	kg	0,400		
- chipolatas (8 x 0,050 kg)	kg	0,400		
- bacon (8 tranches de 0,025 kg)	kg	0,200		
Facultatif :				
- petits médaillons de veau (8 x 0,050 kg)	kg	0,400		
- filet de bœuf	kg	0,400		
Garniture				
- champignons (8 têtes de 0,025 kg)	kg	0,200		
- tomates «garniture» (8 x 0,050 kg)	kg	0,400		
- huile d'arachide	l	0,02		
Pommes paille				
- pommes de terre Bintje	kg	1,600		
- friture	l	PM		
Finition				
- beurre	kg	0,020		
- cresson	botte	1/2		
Beurre Maître d'hôtel				
- beurre	kg	0,160		
- persil	kg	0,020		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,060		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- fleur de thym		PM		
- herbes de Provence		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 35 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : (selon l'épaisseur et la nature de la viande)			*variable*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer la viande - 20 min *(voir p. 215/216 et 222 à 226)*
- Vérifier et parer si nécessaire les petits médaillons de veau et de filet de bœuf.
- Supprimer les os des vertèbres et «le nerf», dégraisser puis manchonner les côtes d'agneau.
- Eliminer la peau et ouvrir les rognons du côté arrondi.
- Eliminer le bassinet (parties blanchâtres) et maintenir les rognons ouverts à l'aide d'une brochette.
- Piquer délicatement les chipolatas à l'aide d'une fourchette.
- Réserver l'ensemble des viandes en enceinte réfrigérée.

3. Préparer les garnitures - 25 min
- Eplucher, laver et tailler les pommes paille à l'aide d'une mandoline.
- Laver et éliminer le pédoncule des tomates.
- Les huiler et les réserver sur une petite plaque.
- Eplucher, laver et supprimer les pieds des champignons.
- Huiler les têtes et les réserver avec les tomates.
- Laver, trier, équeuter le cresson et le réserver au frais dans une plaque avec un peu d'eau.

4. Confectionner le beurre Maître d'hôtel - 10 min
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil.
- Dans une petite calotte, mélanger le beurre en pommade, le persil haché et le jus d'un demi-citron.
- Assaisonner et réserver le beurre Maître d'hôtel à la température ambiante.

5. Marquer les garnitures en cuisson - 20 min *(voir p. 431 et 456/457)*
- Rincer et égoutter soigneusement les pommes paille.
- Les frire par petites quantités dans un bain de friture à 170 °C.
- Les égoutter soigneusement sur du papier absorbant.
- Saler au sel fin et réserver au chaud les pommes paille sur une plaque à débarrasser.
- Nettoyer, brosser et huiler le gril (si nécessaire).
- Quadriller les têtes de champignons et les tomates.
- Les saler, puis terminer leur cuisson au four durant quelques minutes.

6. Marquer les «mixed-grill» en cuisson - 10 min *(voir p. 420 à 423)*
- Brosser et huiler le gril à nouveau.
- Enduire très légèrement d'huile les différents éléments de base du «mixed-grill» et les quadriller sur les deux faces (commencer par les éléments nécessitant une cuisson plus longue : médaillons de veau, chipolatas, puis ajouter les côtes d'agneau, les filets de bœuf et les rognons, terminer par le bacon).
- Assaisonner de sel fin et de poivre du moulin (sauf le bacon).
- Réserver la viande au chaud sur une plaque munie d'une grille (ou d'une assiette retournée).

7. Dresser les «mixed-grill» - 5 min
- Disposer les pommes paille «en buisson» au centre du plat.
- Placer tout autour, et en les intercalant, les différents éléments du «mixed-grill».
- Disposer harmonieusement les tomates grillées surmontées d'une tête de champignon grillée.
- Lustrer au beurre clarifié.
- Placer un bouquet de cresson à chaque extrémité du plat.
- Dresser le beurre Maître d'hôtel en saucière.

__REMARQUE :__ Le beurre Maître d'hôtel peut être couché à l'aide d'une poche munie d'une douille à l'intérieur des rognons.
Selon les établissements, un des éléments de base est parfois supprimé (petits médaillons de veau ou filets de bœuf).



Mixed-grill

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 batte à côtelettes
- 1 petite passoire
- 1 petite grille ou assiettes de base
- 1 bahut
- 1 planche à découper
- 1 mandoline

Matériel de cuisson :

- 1 gril
- 1 friteuse (papier absorbant)
- 2 petites plaques à rôtir

Matériel de dressage :

- plats longs plats
- saucières
- dessous de saucières
- papier gaufré

MIXED-GRILL EN BROCHETTE

1. Mettre en place le poste de travail

- Préparer les viandes *(voir ci-contre)*, 8 petites côtes d'agneau de 0,100 kg chacune, 8 morceaux de filet de bœuf, 8 morceaux de filet de veau, 8 chipolatas, 16 morceaux de poitrine de porc fumée blanchis et 8 rognons d'agneau.

2. Préparer les brochettes

- Enfiler les brochettes en intercalant les viandes, les charcuteries et les rognons. Commencer et finir par une tête de champignon.
- Mettre en marinade avec un peu d'huile et des herbes de Provence ou de la fleur de thym passée au tamis.
- Filmer et réserver les brochettes en enceinte réfrigérée.

3. Préparer les légumes et la garniture

- Eplucher et laver 16 têtes de champignons.
- Laver et éliminer le pédoncule de 8 petites tomates de 0,050 kg chacune.
- Eplucher, laver et tailler 1,600 kg de pommes de terre Bintje en pommes paille.

4. Réaliser le beurre Maître d'hôtel *(voir ci-contre)*

5. Frire les pommes paille par petites quantités
(voir p. 456/457)

6. Quadriller, beurrer, assaisonner et étuver les tomates au four

7. Marquer les brochettes en cuisson

- Les griller à la commande.

8. Dresser les brochettes

- Les disposer sur assiettes ovales avec les pommes paille, les tomates grillées et un petit bouquet de cresson.

PLATS SIMILAIRES

Brochettes d'agneau grillées, sauce paloise

- Réaliser les brochettes en intercalant entre chaque morceau de gigot un petit morceau de poitrine fumée, des rectangles d'oignons et de poivrons sautés au préalable.
- Servir avec une sauce paloise (sauce béarnaise où l'estragon est remplacé par de la menthe).

Lamb-chops grillés aux herbes, beurre marseillais

- Tranches de selle anglaise d'agneau grillées, saupoudrées d'herbes de Provence.
- Servir à part un beurre Maître d'hôtel additionné de fondue de tomates très réduite et aillée.
- Garnir de tomates provençales et de pommes copeaux.



Mixed-grill en brochette



CÔTES D'AGNEAU VERT-PRÉ

Côtes d'agneau grillées maintenues rosées, servies avec des pommes paille et du beurre Maître d'hôtel.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : tomates provençale, gratin de courgettes, Ismaël Bayeldi, pommes provençale, bordelaise, haricots verts, haricots panachés.



Côtes d'agneau vert-pré

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- 2 carrés d'agneau couverts de 8 côtes chacun	kg	2		
- huile	l	0,08		
Finition				
- beurre	kg	0,020		
- cresson	botte	1/4		
Garniture				
- pommes de terre Bintje	kg	1,600		
- friture	l	PM		
Beurre Maître d'hôtel				
- beurre	kg	0,160		
- persil	kg	0,040		
- citron	pièce	1/2		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- fleur de thym		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 30 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			3 à 5 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les côtes d'agneau - 20 min *(voir p. 217/218)*
- Arracher la peau parcheminée, supprimer les os des vertèbres et le «nerf» des carrés d'agneau.
- Dégraisser si nécessaire et détailler les côtes.
- Les manchonner, puis régulariser leur épaisseur à l'aide d'une batte à côtelettes.
- Réserver les côtes d'agneau en enceinte réfrigérée.

3. Eplucher et tailler les pommes paille - 20 min *(voir p. 125/126)*
- Eplucher et laver les pommes de terre.
- Tailler les pommes paille à l'aide d'une mandoline.
- Les rincer, puis les réserver dans un bahut avec de l'eau froide.

4. Laver, trier et équeuter le cresson - 5 min *(voir p. 88/89)*
- Le réserver au frais sur une plaque avec de l'eau.

5. Confectionner le beurre Maître d'hôtel - 10 min
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil.
- Mélanger dans une petite calotte le beurre en pommade avec le persil haché et le jus d'un demi-citron.
- Assaisonner et réserver le beurre Maître d'hôtel à la température ambiante.

6. Marquer les pommes paille en cuisson - 15 min *(voir p. 456/457)*
- Rincer à nouveau les pommes de terre, puis les égoutter soigneusement.
- Les frire par petites quantités dans un bain de friture chauffé à 170 °C.
- Les égoutter soigneusement sur du papier absorbant.
- Saler au sel fin et réserver les pommes paille au chaud sur une plaque à débarrasser.

7. Marquer les côtes en cuisson - 10 min
- Nettoyer, brosser et huiler le gril si nécessaire.
- Enduire les côtes d'agneau d'une fine couche d'huile, puis les poser sur le gril dans le sens de la diagonale.
- Quadriller les côtelettes en les faisant pivoter d'un quart de tour, puis les retourner (sans demande particulière du client, les maintenir rosées).
- Débarrasser les côtes d'agneau sur une plaque munie d'une grille (ou d'une assiette retournée).
- Assaisonner les côtes de sel fin et de poivre du moulin.

8. Dresser les côtes d'agneau vert-pré - 5 min
- Dresser les côtes d'agneau sur un grand plat long beurré.
- Croiser les manches et exposer la face des côtes quadrillée en premier sur le dessus.
- Les lustrer au beurre clarifié.
- Disposer un ou deux bouquets de cresson aux extrémités du plat.
- Dresser les pommes paille «en buisson» sur un plat rond recouvert d'une feuille de papier gaufré.
- Dresser le beurre Maître d'hôtel en saucière, il doit être à la température ambiante.

REMARQUE :
• Les côtes d'agneau peuvent être placées dans une marinade instantanée composée d'huile et d'herbes de Provence ou de fleurs de thym pulvérisées.



CUIRE EN RAGOÛT À BRUN ET BRAISER

Bref rappel de technologie

Ces techniques de cuisson anciennes s'appliquent principalement à de grosses pièces de viande détaillées en morceaux pour les ragoûts, entières pour les braisés. Ces morceaux de deuxième catégorie nécessitent le plus souvent pour être tendres, une cuisson longue, lente et régulière.

Les morceaux traités en ragoût ou braisés sont parfois mis en marinade au préalable, puis rissolés et cuits à couvert dans une sauce légèrement liée. Il faut provoquer un échange de saveurs entre l'aliment, la sauce ou le liquide de cuisson et la garniture aromatique.

Les grosses pièces braisées sont généralement lardées, elles sont également glacées à l'envoi lorsqu'elles sont présentées entières en salle de restaurant. Le fond de braisage doit être réduit, brillant et riche en éléments gélatineux.



Navarin aux primeurs



Grenadins de veau Zingara



Sauté de veau aux poivrons



Navarin aux haricots





Techniques mises en œuvre

- **Parer et détailler de la viande**
- **Larder une pièce de viande**
- **Piquer des grenadins ou des médaillons**
- **Réaliser une marinade crue**
- **Réaliser un ragoût à brun**
- **Réaliser un ragoût à blanc**
- **Réaliser un braisé**
- **Glacer une pièce braisée**
- **Tourner et glacer des légumes à blanc**
- **Glacer des petits oignons à brun**
- **Cuire des légumes secs**

Garnitures d'accompagnement conseillées



- **En règle générale, les garnitures des ragoûts et des braisés correspondent aux appellations.** (Ex. : bourgeoise, provençale,...)
- Pommes à l'anglaise, pâtes au beurre, légumes secs, légumes braisés.



NAVARIN AUX POMMES

Morceaux d'épaule, de collier et de poitrine d'agneau cuits lentement dans une sauce légèrement aillée et tomatée, accompagnés de pommes de terre cuites également dans la sauce et de petits oignons glacés à brun.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- épaule d'agneau parée et désossée* (morceaux de 0,050 kg)	kg	1,600 à 1,800		
ou				
- collier	kg	1,200		
- poitrine (morceaux de 0,050 kg)	kg	1,200		
- huile	l	0,08		
- oignons	kg	0,200		
- carottes (facultatif)	kg	0,200		
- farine	kg	0,060		
- concentré de tomate	kg	0,040		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail (4 gousses)	kg	0,030		
Garniture				
- petits oignons	kg	0,250		
- beurre	kg	0,020		
- sucre semoule	kg	PM		
- pommes de terre à chair ferme	kg	1,600		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
** Lorsque la viande comporte des os, et si l'on utilise du collier et de la poitrine, il faut au minimum 0,300 kg par personne.*				
Coût matières pour 8 couverts			…… €	
Coût matières pour 1 couvert			…… €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 15 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : *(parfois plus selon la qualité de la viande)*			***1 h***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 459/462)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Vérifier et parer la viande si nécessaire - 5 min
- La réserver en enceinte réfrigérée.

3. Préparer la garniture aromatique - 10 min
- Eplucher, laver les carottes (facultatif) et les oignons.
- Les détailler en mirepoix (petits dés).
- Laver, équeuter le persil et confectionner le bouquet garni.
- Eplucher, laver, dégermer et écraser les gousses d'ail.

4. Marquer le navarin en cuisson - 15 min
- Rissoler la viande dans une grande sauteuse avec de l'huile.
- Ajouter la garniture aromatique et la laisser suer à feu doux pendant quelques minutes.
- Dégraisser soigneusement.
- Singer (saupoudrer de farine) et torréfier la farine en plaçant la sauteuse dans un four très chaud durant quelques minutes.
- Ajouter le concentré de tomate et mélanger à l'aide d'une petite écumoire.
- Mouiller avec de l'eau froide et porter à ébullition.
- Ajouter l'ail et le bouquet garni.
- Assaisonner, essuyer soigneusement les bords du plat et cuire le navarin à couvert au four à 200 °C pendant 35 à 40 min environ.

5. Préparer la garniture - 25 min *(voir p. 132/135 et 397)*
- Eplucher, laver et tourner les pommes de terre (elles sont de taille intermédiaire entre la pomme cocotte et la pomme à l'anglaise).
- Les blanchir puis les égoutter sans les rafraîchir.
- Eplucher, laver et cuire les petits oignons par glaçage à brun.
- Concasser, hacher et essorer le persil.

6. Décanter le navarin et terminer sa cuisson - 5 min
- Sortir le navarin du four aux 3/4 de sa cuisson.
- Le décanter dans un récipient identique.
- Ajouter les pommes de terre blanchies.
- Passer la sauce au chinois étamine sur le navarin.
- Vérifier l'assaisonnement et dégraisser la sauce si nécessaire.
- Terminer la cuisson à couvert pendant environ 20 min.

7. Vérifier et terminer le navarin - 5 min
- S'assurer de la cuisson de la viande et des pommes de terre.
- Dégraisser la sauce si nécessaire.
- Ajouter les petits oignons glacés.
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Débarrasser le navarin dans un bahut et le réserver à couvert au bain-marie.

8. Dresser le navarin aux pommes - 5 min
- Dresser la viande légèrement en dôme dans un légumier ou dans une cocotte.
- Disposer harmonieusement les pommes de terre et les petits oignons sur le dessus.
- Ajouter la sauce et saupoudrer sans excès de persil haché.
- Disposer le légumier ou la cocotte sur un dessous de plat recouvert d'un papier gaufré.


Navarin aux pommes

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 bahut
- 1 chinois étamine
- 2 petites calottes
- 1 planche à découper
- 1 petite écumoire

Matériel de cuisson :

- 2 grandes sauteuses avec couvercles
  ou
- 2 rondeaux plats
- 1 russe moyenne
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- légumiers ou cocottes en bi-métal
- dessous de plats ronds
- papier gaufré

NAVARIN «AUX PRIMEURS»

1. Mettre en place le poste de travail

2. Marquer le navarin de base en cuisson

- (Voir ci-contre). Utiliser 1,800 kg d'épaule d'agneau désossée et détaillée en morceaux de 0,050 kg chacun (il n'est pas nécessaire d'ajouter des carottes à la garniture aromatique).
- Le décanter au bout de 35 à 40 min et lui ajouter 1 kg de pommes de terre à chair ferme tournées en grosses olives et blanchies.
- Poursuivre la cuisson durant une vingtaine de minutes supplémentaires.

3. Préparer et cuire la garniture «aux primeurs»

- Eplucher, laver et tourner de la grosseur de pommes cocotte (grosses olives) 0,400 kg de carottes et 0,400 kg de navets nouveaux.
- Les glacer à blanc séparément avec 0,050 kg de beurre et une pincée de sucre.
- Eplucher, laver et glacer à brun 0,250 kg de petits oignons avec 0,025 kg de beurre et une pincée de sucre.
- Ecosser 0,400 kg de petits pois (ou utiliser 0,100 kg de petits pois surgelés extra-fins), effiler 0,150 kg de haricots verts extra-fins, les tronçonner en morceaux de 4 à 5 cm de longueur et les cuire séparément à l'anglaise.
- Les rafraîchir et les égoutter.

4. Vérifier et terminer le navarin «aux primeurs»

- S'assurer de la cuisson de la viande et des pommes de terre, vérifier l'assaisonnement, la couleur et l'onctuosité de la sauce.
- La dégraisser soigneusement si nécessaire.
- Ajouter les carottes et les navets glacés et laisser mijoter durant quelques minutes.
  Les haricots verts et les petits pois sont réchauffés au dernier moment en chauffant (eau bouillante salée), afin qu'ils puissent garder leur couleur initiale.

5. Dresser le navarin «aux primeurs»

- Chauffer les petits pois et les haricots verts, bien les égoutter et les ajouter au navarin.
- Dresser en légumiers ou en cocottes bi-métal.
- Répartir harmonieusement quelques légumes sur le dessus en variant les couleurs.
- Disposer les petits oignons glacés à brun et saupoudrer sans excès de persil haché.

PLATS SIMILAIRES

Navarin aux haricots

(appelé à tort haricot de mouton)

- Décanter le navarin de base fortement tomaté, et lui ajouter 0,500 kg de haricots égouttés cuits selon la méthode traditionnelle avec un morceau de lard demi-sel blanchi *(voir p. 459/460)*.
- Laisser mijoter une vingtaine de minutes et ajouter la poitrine de porc détaillée en petits lardons et sautés au beurre et des petits oignons glacés à brun.

REMARQUE :

• La sauce du navarin aux haricots doit être légèrement plus tomatée que dans la recette de base.

Navarin aux fèves

- Décanter le navarin de base et lui ajouter des fèves fraîches cuites à l'anglaise avec un bouquet de sarriette et dérobées au préalable.


Navarin «aux primeurs»



VEAU MARENGO

Morceaux d'épaule de veau revenus puis cuits longuement dans une sauce tomatée, servis avec une garniture de petits oignons glacés à brun, de champignons sautés et de croûtons de pain de mie frits.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes à l'anglaise, vapeur ou persillées ; pâtes fraîches au beurre, riz créole ou pilaf, aubergines, poivrons, courgettes sautés, ...

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- épaule de veau parée et désossée ou épaule et collier (morceaux de 0,050 à 0,060 kg)	kg	1,600 à 1,800		
- huile d'arachide	l	0,08		
- oignons	kg	0,200		
- vin blanc	l	0,10		
- farine	kg	0,060		
- concentré de tomate	kg	0,080		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail (4 gousses)	kg	0,030		
- fond brun de veau clair (non lié)*	l	1,5		
Garniture				
- champignons de Paris	kg	0,250		
- beurre	kg	0,020		
- petits oignons	kg	0,250		
- beurre	kg	0,020		
- sucre semoule	kg	PM		
- pain de mie (4 tranches de 0,040 kg ou un morceau entier)	kg	0,160		
- huile d'arachide	l	0,04		
- beurre	kg	0,020		
Finition				
- persil	kg	PM		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 05 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : *(parfois plus selon la qualité de la viande)*			***1 h***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 459/462)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Vérifier et parer la viande si nécessaire - 5 min
- La réserver en enceinte réfrigérée.

3. Préparer la garniture aromatique - 10 min
- Eplucher, laver et ciseler les oignons.
- Laver, équeuter le persil et confectionner un bouquet garni.
- Eplucher, laver et écraser les gousses d'ail.

4. Marquer le veau Marengo en cuisson - 15 min
- Mettre de l'huile à chauffer dans un sautoir ou dans un petit rondeau.
- Rissoler vivement les morceaux de viande.
- Dégraisser et ajouter les oignons ciselés.
- Suer doucement sans coloration.
- Ajouter le vin blanc et le laisser réduire.
- Singer et torréfier la farine en plaçant le sautoir dans un four très chaud durant quelques minutes.
- Ajouter le concentré de tomate et mélanger.
- Mouiller avec le fond brun de veau non lié et porter le veau Marengo à ébullition.
- Assaisonner, ajouter l'ail et le bouquet garni.
- Cuire doucement et régulièrement à couvert au four à 200 °C pendant 1 h environ (surveiller attentivement la réduction de la sauce et mélanger de temps en temps durant la cuisson).

5. Préparer la garniture - 20 min
- Eplucher, laver et cuire les petits oignons par glaçage à brun *(voir p. 396/397).*
- Eplucher, laver, escaloper et sauter au beurre les champignons de Paris.
- Détailler le pain de mie en forme de 8 cœurs *(voir p. 345).*
- Les dorer dans un mélange huile et beurre, et les réserver sur du papier absorbant.
- Concasser, essorer et hacher le persil.

6. Décanter et terminer le veau Marengo - 5 min
- Décanter la viande dans un autre sautoir.
- Vérifier l'onctuosité, la couleur et l'assaisonnement de la sauce.
- La dégraisser si nécessaire et la passer au chinois étamine sur les morceaux de viande.
- Ajouter la garniture et laisser mijoter durant quelques minutes.
- Débarrasser et réserver à couvert le veau Marengo au bain-marie.

7. Dresser le veau Marengo - 5 min
- Disposer les morceaux légèrement en dôme dans la cocotte.
- Répartir uniformément la garniture sur les morceaux de viande.
- Napper soigneusement avec la sauce.
- Tremper la pointe des croûtons dans la sauce, puis dans le persil haché.
- Les disposer autour de la viande, la pointe dirigée vers le haut.
- Saupoudrer sans excès de persil haché.

REMARQUE :
• Lorsque du fond brun de veau lié est utilisé, il ne faut pas singer.



Veau Marengo

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 3 petites calottes
- 1 chinois étamine
- 1 bahut
- 1 planche à découper
- 1 petite écumoire

Matériel de cuisson :

- 2 grands sautoirs avec couvercles
  ou
- 1 rondeau plat et une grande sauteuse
- 1 poêle ronde
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- légumiers ou cocottes bi-métal
- dessous de plats ronds
- papier gaufré

SAUTÉ DE VEAU AUX POIVRONS

1. Vérifier, dégraisser et parer les morceaux si nécessaire

2. Marquer le ragoût en cuisson

- Rissoler 1,800 kg d'épaule de veau détaillée en morceaux avec 0,08 l d'huile.
- Dégraisser et ajouter 0,100 kg d'oignons ciselés.
- Les suer sans coloration.
- Déglacer avec 0,10 l de porto et le réduire des 2/3.
- Mouiller avec du fond brun de veau tomaté et de la sauce espagnole.
- Cuire lentement au four et à couvert durant 1 h à 1 h 20 min.

3. Préparer la garniture

- Laver, éplucher et cuire 0,250 kg de petits oignons par glaçage à brun.
- Griller au four 0,200 kg de poivrons rouges, 0,200 kg de poivrons verts et 0,200 kg de poivrons jaunes et les monder.
- Epépiner les poivrons, les tailler en petits bâtonnets, les cuire tout doucement et séparément avec un peu d'huile d'olive.

4. Décanter et terminer le sauté

- Procéder comme dans la recette ci-contre.

5. Dresser le sauté de veau

- Disposer harmonieusement la viande dans l'assiette.
- Répartir les petits oignons autour.
- Dresser les poivrons en croisillons sur la viande en alternant les couleurs.

PLATS SIMILAIRES

Sauté de veau moldave

- Réaliser un sauté de veau selon la méthode «veau Marengo» et le condimenter très légèrement au paprika.
- Décanter et ajouter une fondue de tomates à l'oignon et une brunoise de poivrons rouges et verts étuvés au beurre.

Sauté de veau provençale

- Décanter le sauté de veau et ajouter une fondue de tomates et des olives vertes dénoyautées blanchies.

Pilaf de veau bohémienne

- Réaliser un sauté de veau tomaté en détaillant la viande en petits morceaux.
- Décanter, ajouter une fondue de tomates et une brunoise d'aubergines, de poivrons et de courgettes sautés à l'huile d'olive.
- Dresser dans un turban de riz pilaf et entourer de rondelles d'oignons frits.

Sauté de veau chasseur

- Décanter et ajouter des champignons sautés au beurre avec des échalotes ciselées. Parsemer d'estragon et de cerfeuil fraîchement concassés.



Sauté de veau aux poivrons



ESTOUFFADE DE BŒUF BOURGUIGNONNE

Viande de bœuf coupée en morceaux et cuite longuement dans une sauce au vin rouge, servie avec une garniture de petits oignons glacés à brun, des champignons sautés et des lardons.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes fondantes ; tagliatelles au beurre, riz pilaf, polenta, gnocchi à la romaine.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- bœuf paré sans os (morceaux de 0,050 kg environ) (paleron, côtes découvertes, gîte à la noix)	kg	1,600 à 1,800		
- huile	l	0,05		
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- farine	kg	0,060		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail (2 gousses)	kg	0,015		
- vin rouge (passetoutgrain)	l	0,75		
- fond brun de veau clair (non lié)	l	0,80		
Garniture bourguignonne				
- poitrine de porc demi-sel	kg	0,250		
- huile	l	0,02		
- champignons de Paris	kg	0,250		
- petits oignons	kg	0,250		
- beurre	kg	0,020		
- sucre semoule	kg	PM		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 15 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : *(parfois plus selon la qualité de la viande)*			*2 h à 2 h 30 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 462 à 464, sans la liaison au sang)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Vérifier et parer la viande si nécessaire - 5 min
- La réserver en enceinte réfrigérée.

3. Préparer la garniture aromatique - 10 min
- Eplucher et laver les carottes et les oignons.
- Les détailler en petits dés réguliers.
- Eplucher, laver et écraser les gousses d'ail.
- Laver, équeuter le persil et confectionner un petit bouquet garni.

4. Marquer l'estouffade en cuisson - 20 min
- Rissoler la viande sur toutes ses faces dans une grande sauteuse avec de l'huile.
- Ajouter la garniture aromatique et la laisser suer durant quelques minutes.
- Dégraisser soigneusement, singer, puis torréfier (colorer) la farine en plaçant la sauteuse au four très chaud durant quelques minutes.
- Remuer les morceaux à l'aide d'une écumoire.
- Mouiller avec le vin rouge réduit et flambé, et le fond brun de veau.
- Ajouter l'ail et le bouquet garni.
- Saler et poivrer, puis cuire l'estouffade à couvert au four à 200 °C pendant 2 h à 2 h 30 min suivant la qualité de la viande (surveiller attentivement la réduction de la sauce et remuer de temps en temps pendant la cuisson).

5. Préparer la garniture bourguignonne - 20 min
- Eplucher, laver et cuire les petits oignons par glaçage à brun.
- Eliminer la couenne et détailler la poitrine de porc en petits lardons.
- Les blanchir (départ eau froide), puis les égoutter sans les rafraîchir.
- Eplucher, laver soigneusement et escaloper les champignons.
- Sauter les lardons sans les dessécher dans une petite poêle avec de l'huile, les égoutter, puis les réserver.
- Sauter les champignons dans la graisse de cuisson des lardons, assaisonner et réserver les champignons avec les lardons.

6. Décanter l'estouffade - 5 min
- S'assurer de la cuisson de la viande.
- Décanter les morceaux dans une autre sauteuse.
- Dégraisser la sauce, vérifier sa liaison et son assaisonnement.
- La faire réduire si nécessaire et la passer au chinois étamine sur les morceaux de viande.
- Ajouter les lardons et les champignons, et laisser mijoter l'estouffade durant quelques minutes.

7. Hacher et essorer le persil - 5 min

8. Dresser l'estouffade - 5 min
- Dresser la viande légèrement en dôme dans la cocotte ou dans le légumier.
- Répartir uniformément la garniture sur le dessus.
- Recouvrir de sauce (sans excès).
- Disposer harmonieusement les petits oignons glacés.
- Saupoudrer légèrement de persil haché.

REMARQUES :
- *Lorsque l'on dispose d'un peu plus de temps, il est préférable de mettre la veille, les morceaux de bœuf en marinade avec le vin, l'huile, un peu d'eau-de-vie et la garniture aromatique. Lors de la cuisson, les morceaux de viande sont soigneusement épongés avant d'être rissolés. L'estouffade est mouillée avec la marinade réduite et du fond brun de veau lié. L'estouffade peut être mouillée avec du fond brun de veau lié, dans ce cas elle n'est pas singée.*
- *Il est d'usage de détailler la poitrine de porc en lardons, de les blanchir et de les faire sauter en premier. La viande est ensuite rissolée dans la graisse de fonte des lardons (2 h 30 min plus tard, lorsque la viande est cuite, les lardons sont souvent secs ou ils ont disparu)...*



Estouffade de bœuf bourguignonne

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine
- 4 petites calottes
- 1 passoire

Matériel de cuisson :

- 2 grandes sauteuses avec couvercles ou
- 1 rondeau plat et 1 grande sauteuse
- 1 petite poêle ronde
- 1 petite sauteuse
- 1 petite russe

Matériel de dressage :

- légumiers ou cocottes bi-métal
- dessous de plats ronds
- papier gaufré

ESTOUFFADE DE BŒUF PROVENÇALE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Vérifier et parer la viande si nécessaire

- La détailler en morceaux de 0,050 kg.

3. Préparer la garniture aromatique
(voir ci-contre «estouffade de bœuf bourguignonne»)

4. Marquer l'estouffade en cuisson

- Rissoler la viande sur toutes ses faces dans une grande sauteuse avec de l'huile d'olive.
- Dégraisser soigneusement, singer puis torréfier la farine en plaçant la sauteuse au four durant quelques minutes.
- Ajouter 0,040 kg de concentré de tomate et le mélanger à l'aide d'une petite écumoire.
- Mouiller avec 0,75 l de vin blanc réduit et flambé, et 0,80 l de fond brun de veau clair.
- Ajouter 8 gousses d'ail écrasées et le bouquet garni.
- Saler et poivrer, puis cuire l'estouffade à couvert au four à 200 °C pendant 2 h à 2 h 30 min suivant la qualité de la viande (surveiller attentivement la réduction de la sauce et remuer de temps en temps pendant la cuisson).

5. Préparer la garniture

- Réaliser une fondue de tomates *(voir p. 320/321)* avec 0,04 l d'huile, 0,040 kg d'oignons ciselés, 0,800 kg de tomates mondées, épépinées et concassées, 4 gousses d'ail et un bouquet garni.
- Dénoyauter 0,200 kg d'olives vertes et les blanchir départ eau froide durant quelques minutes.

6. Décanter l'estouffade

- S'assurer de la cuisson de la viande.
- Décanter les morceaux dans une autre sauteuse.
- Dégraisser la sauce, vérifier sa liaison et son assaisonnement, puis la passer au chinois étamine sur les morceaux de viande.
- Ajouter les 3/4 de la fondue de tomates et laisser mijoter l'estouffade durant quelques minutes.
- Ajouter en dernier des olives et réserver l'estouffade à couvert au bain-marie.

7. Concasser, essorer et hacher le persil

8. Dresser l'estouffade de bœuf provençale

- Dresser la viande légèrement en dôme dans une cocotte ou dans un légumier.
- Répartir la garniture sur le dessus. Recouvrir de sauce.
- Disposer un bouquet de fondue de tomates au centre du plat.
- Placer une pointe de persil haché au centre de la fondue de tomates.
- Servir avec un rizotto milanaise, des pâtes fraîches à la tomate, de la polenta ou de la semoule de blé.

PLATS SIMILAIRES

Goulash pommes vapeur

- Morceaux de bœuf revenus à l'huile ou au saindoux avec oignons ciselés ou émincés.
- Saupoudrer de paprika, singer et tomater, mouiller avec du fond brun de veau clair, ajouter de l'ail, le bouquet garni et des tomates mondées, épépinées et concassées.
- Cuire lentement au four et à couvert.
- Servir avec des pommes vapeur ou à l'anglaise.

Carbonades de bœuf flamandes

- Faire revenir au beurre des petits lardons de poitrine fumée et les débarrasser.
- Dans le même récipient, faire sauter des petites escalopes fines de paleron ou de basse-côte de bœuf, puis les débarrasser.
- Ajouter des oignons émincés et les laisser légèrement colorer, ajouter de la cassonade, caraméliser et singer.
- Mouiller avec de la bière et du fond brun de veau.
- Dresser en plat creux en alternant les escalopes, les oignons et les lardons.
- Couvrir avec la sauce, cuire au four et à couvert durant 2 h - 2 h 30 min.
- Servir avec des pommes allumettes.



Estouffade de bœuf provençale



AIGUILLETTE DE BŒUF BRAISÉE BOURGEOISE

Aiguillette de bœuf lardée, marinée et braisée longuement à couvert avec des pieds de veau, accompagnée d'une garniture bourgeoise composée de carottes tournées glacées à blanc, de petits oignons glacés à brun et de petits lardons sautés. L'aiguillette est servie avec son fond de braisage réduit.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- aiguillette de rumsteck	kg	2,400		
- huile d'arachide	l	0,08		
- lard gras de bardière	kg	0,300		
- cognac	l	0,02		
- persil	kg	0,020		
Marinade et fond de braisage				
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- vin blanc	l	1		
- cognac	l	0,05		
- bouquet garni	pièce	1		
- huile d'arachide	l	0,05		
- ail (4 gousses)	kg	0,030		
- fond brun de veau clair	l	1		
- fond brun de veau lié tomaté	l	1		
- couenne de porc	kg	0,200		
- parures de champignons	kg	PM		
Garniture bourgeoise				
- pied de veau	kg	1		
- carottes	kg	0,800		
- petits oignons	kg	0,250		
- beurre	kg	0,040		
- sucre semoule	kg	PM		
- poitrine de porc demi-sel (facultatif)	kg	0,250		
- huile d'arachide	l	0,02		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- noix de muscade (facultatif)		PM		
Coût matières pour 8 couverts				...... €
Coût matières pour 1 couvert				...... €
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION				1 h 45 min
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :				2 h à 2 h 30 min

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les bâtonnets de lard gras - 5 min *(voir p. 231)*
- Détailler le lard gras en bâtonnets d'environ 20 cm de long sur 1 cm de section.
- Les assaisonner, les arroser de cognac et les raffermir en enceinte réfrigérée *(voir p. 229 à 231).*

3. Préparer les éléments aromatiques du fond de braisage - 30 min
- Dégorger, désosser, ficeler et blanchir fortement le pied de veau.
- Le rafraîchir, puis l'égoutter.
- Détailler en petits carrés et blanchir la couenne de porc.
- Eplucher et laver les gousses d'ail, les carottes et les oignons.
- Emincer les carottes et les oignons en paysanne.
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil.
- Confectionner un bouquet garni.

4. Préparer et larder l'aiguillette de bœuf puis la mettre en marinade - 10 min *(voir p. 231)*
- Parer et dégraisser si nécessaire.
- Saupoudrer les bâtonnets de lard gras de persil fraîchement haché.
- Larder l'aiguillette dans le sens «du fil» de la viande à l'aide d'une lardoire.
- L'assaisonner, puis la placer en marinade en enceinte réfrigérée avec le vin blanc, le cognac, les carottes, les oignons, l'ail, le bouquet garni et l'huile.
- Laisser mariner à couvert durant 5 à 6 h et retourner l'aiguillette fréquemment pendant sa marinade (cette dernière phase peut être éventuellement supprimée).

5. Marquer l'aiguillette en cuisson - 15 min
- Eponger soigneusement l'aiguillette et égoutter la garniture aromatique.
- Saisir et rissoler fortement l'aiguillette à l'huile dans un récipient creux.
- L'égoutter, puis ajouter la garniture aromatique.
- Suer légèrement à feu doux, puis dégraisser parfaitement.
- Replacer l'aiguillette sur sa garniture aromatique, puis déglacer avec la marinade et la laisser réduire de moitié.
- Mouiller avec le fond brun de veau clair.
- Ajouter le bouquet garni, les parures de champignons, le pied de veau et les morceaux de couenne blanchis.
- Couvrir hermétiquement le récipient et braiser au four à 200 °C pendant 2 à 2 h 30 min (suivant la qualité de la viande).

6. Préparer la garniture bourgeoise - 30 min
- Eplucher, laver et tourner les carottes puis les glacer à blanc.
- Eplucher, laver, puis glacer les petits oignons à brun.
- Détailler la poitrine de porc en lardons, les blanchir, puis les sauter à l'huile sans les dessécher.

7. Décanter l'aiguillette et terminer le fond de braisage - 5 min
- S'assurer de la cuisson de l'aiguillette.
- La réserver au chaud et à couvert sur une plaque à débarrasser.
- Enlever les pieds de veau et les détailler en petits cubes.
- Ajouter le fond brun de veau lié et tomaté au fond de braisage.
- Réduire et vérifier la consistance.
- Passer le fond de braisage au chinois étamine (sans fouler) dans un bain-marie.
- Dégraisser et vérifier l'assaisonnement.
- Réunir dans une grande sauteuse les carottes et les oignons glacés, les lardons et les dés de pied de veau.
- Ajouter une partie du fond de braisage et laisser mijoter quelques minutes.



Aiguillette de bœuf braisée bourgeoise

8. Glacer l'aiguillette (facultatif, uniquement si la pièce est envoyée entière en salle) - 5 min

- Glacer l'aiguillette à l'entrée d'un four très chaud ou sous la salamandre, en l'arrosant sans cesse avec le fond de braisage.

9. Dresser l'aiguillette de bœuf bourgeoise - 5 min

- Disposer l'aiguillette au centre du plat.
- Répartir la garniture tout autour.
- Napper uniformément au moment de l'envoi du plat.
- Placer le plat sur un dessous de plat recouvert d'un papier gaufré.

AIGUILLETTE DE BŒUF BRAISÉE PRINTANIÈRE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Parer, larder et mettre une aiguillette de rumsteck de 2,400 kg en marinade avec les carottes, les oignons, l'ail, le bouquet garni, le vin blanc, le cognac et l'huile

3. Braiser l'aiguillette comme ci-contre avec les morceaux de couenne de porc et le pied de veau blanchis

4. Préparer la garniture printanière

- Eplucher, laver et lever à la cuillère 0,800 kg de carottes nouvelles et 0,800 kg de navets.
- Les glacer à blanc.
- Eplucher, laver et glacer à brun 0,250 kg de petits oignons avec 0,020 kg de beurre et une pincée de sucre.
- Cuire à l'anglaise 0,150 kg de petits pois extra-fins et 0,250 kg de haricots verts détaillés en tronçons de 3 cm de longueur.

5. Décanter l'aiguillette et terminer le fond de braisage

- Le lier avec le fond brun de veau lié, le réduire et vérifier la couleur, la consistance et l'assaisonnement.

6. Chauffer la garniture

- Réunir dans une sauteuse les carottes, les navets, les petits oignons, et en dernier les petits pois et les haricots verts.
- Les laisser mijoter durant quelques minutes dans un peu de fond de braisage.

7. Dresser l'aiguillette

- Répartir le fond de braisage et la garniture harmonieusement au fond des assiettes très chaudes.
- Détailler l'aiguillette au dernier moment et déposer la tranche sur la sauce (ne pas napper).

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 bahut
- 1 lardoire
- 1 chinois étamine
- 3 petites calottes
- 1 planche à découper
- 1 petite passoire
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :

- 1 rondeau plat avec couvercle
  ou
- 1 petite braisière
- 1 grande sauteuse
- 2 sauteuses moyennes
- 1 petite poêle ronde

Matériel de dressage :

- grands plats creux ou plats sabots
- dessous de plats ovales
- papier gaufré

PLATS SIMILAIRES

Pièce de bœuf braisée bourguignonne (rond de gîte)

- Larder la pièce et la mettre en marinade avec du vin rouge.
- La braiser selon la méthode ci-contre et l'accompagner d'une garniture bourguignonne (lardons, champignons sautés et petits oignons glacés à brun).

Pièce de bœuf à la mode en gelée

- Séparer la pièce de viande braisée de sa sauce et de la garniture.
- Chemiser un grand moule avec de la gelée.
- Répartir harmonieusement les légumes de la garniture, placer la pièce de viande au centre et remplir avec le reste de sauce additionnée de gelée.
- Laisser prendre en enceinte réfrigérée. Démouler au moment de servir et entourer de gelée hachée.

Filet de bœuf London-house

- Filet de bœuf farci de foie gras et truffes, braisé et servi accompagné de champignons tournés et de truffes pochées.



Aiguillette de bœuf braisée printanière



GRENADINS DE VEAU ZINGARA POMMES COCOTTE

Médaillons ou pièces de veau piqués de lard gras, braisés lentement à couvert dans une sauce brune garnie d'une julienne de champignons, de jambon, de langue écarlate et de truffes.
Autres suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes rissolées (noisettes, parisienne) ; spaghettis, tagliatelles au beurre.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- grenadins de veau (8 x 0,150 kg)	kg	1,200		
ou				
- noix de veau	kg	1,200		
- lard gras	kg	0,200		
- huile	l	0,04		
- beurre	kg	0,040		
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail (2 gousses)	kg	0,020		
- vin blanc	l	0,10		
- fond brun de veau lié et tomaté	l	1		
Garniture zingara				
- beurre	kg	0,040		
- gros champignons de Paris	kg	0,080		
- jambon blanc	kg	0,080		
- langue écarlate	kg	0,080		
- truffe	kg	0,040		
- madère	l	0,04		
- beurre	kg	0,020		
Garniture d'accompagnement				
- pommes de terre à chair ferme	kg	2,500		
- huile d'arachide	l	0,08		
- beurre	kg	0,040		
- persil	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 50 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*40 à 45 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les bâtonnets de lard gras - 5 min
- Détailler le lard gras en petits bâtonnets réguliers de 3 à 4 cm de longueur sur 3 mm de section.
- Les raffermir dans une petite calotte avec de l'eau glacée.

3. Préparer la viande - 5 min
- Tailler 8 grenadins dans la noix de veau (sorte d'escalopes moins larges et plus épaisses).
- Vérifier, parer si nécessaire et régulariser l'épaisseur des grenadins à l'aide d'une batte à côtelettes (cette opération a également pour but de rompre les fibres de la viande et de l'attendrir).

4. Piquer les grenadins à l'aide d'une aiguille à piquer - 20 min *(voir p. 229)*

5. Préparer la garniture aromatique - 10 min
- Eplucher, laver et émincer les carottes et les oignons.
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil.
- Confectionner un petit bouquet garni.

6. Marquer les grenadins en cuisson - 15 min
- Assaisonner et sauter les grenadins dans un sautoir avec l'huile et le beurre (le côté piqué en premier).
- Les colorer sur les deux faces, puis les débarrasser.
- Ajouter la garniture aromatique et la laisser suer doucement durant quelques minutes.
- Dégraisser et replacer les grenadins sur la garniture aromatique.
- Déglacer avec le vin blanc et le laisser réduire.
- Ajouter le fond brun de veau lié tomaté, le bouquet garni et les gousses d'ail écrasées.
- Assaisonner, couvrir hermétiquement le sautoir et terminer le braisage au four à 200 °C pendant 40 à 45 min.

7. Préparer les pommes cocotte - 20 min
- Eplucher, laver et tourner les pommes de terre.
- Blanchir et rissoler les pommes cocotte *(voir p. 418/419).*

8. Préparer la garniture zingara - 10 min
- Eplucher, laver soigneusement et tailler les champignons en julienne.
- Dégraisser le jambon et la langue écarlate (si nécessaire) et les tailler en julienne.
- Peler légèrement et tailler la truffe en julienne.

9. Confectionner la sauce zingara - 10 min
- S'assurer de la cuisson des grenadins.
- Les réserver au chaud et à couvert sur une plaque à débarrasser, la face piquée sur le dessus.
- Passer le fond de braisage sans le fouler dans un petit bain-marie.
- Suer les champignons au beurre dans une petite sauteuse.
- Ajouter la julienne de jambon, de langue et de truffe.
- Suer à nouveau l'ensemble durant 1 à 2 min.
- Déglacer avec le madère et le laisser réduire.
- Ajouter une partie du fond de braisage des grenadins.
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Tamponner et réserver la sauce à couvert au bain-marie.

10. Glacer les grenadins - 5 min
- Placer les grenadins à l'entrée d'un four très chaud ou sous la salamandre en les arrosant sans discontinuer avec le reste de fond de braisage.

11. Dresser les grenadins de veau zingara et les pommes cocotte - 5 min
- Masquer le fond du plat rond légèrement creux avec la sauce et la garniture zingara.
- Disposer les médaillons en couronne la face piquée et glacée sur le dessus.
- Napper juste au départ du plat avec un peu de fond de braisage .
- Dresser la garniture d'accompagnement à part en légumier.
- La saupoudrer, sans excès, de persil haché.

REMARQUE :
- *Les grenadins de veau sont généralement taillés dans la noix, mais des médaillons provenant de carrés couverts peuvent être également utilisés.*



Grenadins de veau Zingara, pommes cocotte

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 petites calottes
- 1 aiguille à piquer
- 1 petite passoire
- 1 petit bain-marie
- 1 bahut
- 1 planche à découper
- 1 batte à côtelettes
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 grand sautoir avec couvercle
  ou
- 1 rondeau plat
- 1 grande sauteuse
- 1 russe moyenne

Matériel de dressage :

- grands plats ronds
- légumiers
- dessous de légumiers ronds

PAUPIETTES DE VEAU AUX CAROTTES

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser la farce mousseline de veau

- Réaliser la farce mousseline selon les indications *(voir p. 327).*
- Utiliser 0,300 kg de noix de veau, 1 blanc d'œuf et 0,25 l de crème liquide. Assaisonner.

3. Confectionner les paupiettes

- Aplatir finement 8 escalopes de 0,120 kg chacune entre deux feuilles de plastique alimentaire.
- Les étaler sur la planche et les assaisonner.
- Répartir la farce au centre de chaque tranche.
- Rabattre les bords, rouler et ficeler les paupiettes.
- Les entourer chacune avec un peu de crépine de porc rincée ou avec une petite bande de barde de lard gras.

4. Marquer les paupiettes en cuisson

- Les faire rissoler au beurre dans une cocotte, ajouter 0,100 kg d'oignons hachés, déglacer avec 0,10 l de vin blanc, le réduire et mouiller à hauteur avec du fond de veau lié et tomaté.
- Ajouter 2 gousses d'ail écrasées et 1 petit bouquet garni.
- Vérifier l'assaisonnement et laisser mijoter durant 40 à 50 min.

5. Préparer les carottes et les petits oignons

- Eplucher, laver et tourner 1,500 kg de carottes.
- Les glacer à blanc.
- Eplucher, laver et glacer à brun 0,250 kg de petits oignons.

6. Terminer les paupiettes

- Décanter les paupiettes dans une autre cocotte.
- Réduire le fond de braisage.
- Le passer au chinois étamine.
- Vérifier la couleur, l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Ajouter les carottes et laisser mijoter quelques minutes.

7. Dresser les paupiettes

- Retirer les ficelles, la barde ou la crépine des paupiettes et les glacer sous la salamandre.
- Napper les assiettes de sauce, répartir harmonieusement les carottes.
- Intercaler avec les petits oignons et poser la paupiette au milieu (elle peut être escalopée).

PLATS SIMILAIRES

Fricandeau financière

- Tranche de noix de veau d'environ 4 cm d'épaisseur, coupée dans le sens des «fils» de la viande légèrement aplatie et piquée de lard gras.
- Braiser selon la méthode des grenadins en tenant la viande très cuite.
- Accompagner d'une garniture composée de petites quenelles en farce mousseline de veau, de têtes de champignons tournées, de crêtes et de rognons de coqs et d'olives blanchies.

Paupiettes de veau braisées aux champignons

- Les farcir avec de la farce mousseline de veau, additionnée de Duxelles sèche.
- Braiser selon la méthode ci-contre et ajouter des champignons sautés au fond de braisage.
- Ajouter une tête de champignon tournée sur chaque paupiette.

Noix de veau Nemours

- Braiser la noix et la glacer.
- L'accompagner de carottes Vichy, de petits pois à l'anglaise liés au beurre et de pommes de terre levées à la cuillère ronde et cuites au beurre, ou de petites pommes duchesse.
- Servir à part le fond de braisage.

Tendrons de veau braisés bourgeoise

- Les accompagner d'une garniture bourgeoise (voir fiche n° 100).



Paupiette de veau aux carottes



OSSO-BUCO MILANAISE

Rouelles de jarret de veau braisées lentement dans une sauce brune tomatée et légèrement parfumée au citron et à l'orange. Les osso-buco sont accompagnés de spaghettis liés au beurre et au parmesan, et d'une sauce truffée, garnie d'une julienne de jambon, de langue écarlate et de champignons.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- osso-buco (8 x 0,250 kg)	kg	2		
- farine	kg	0,080		
- huile	l	0,08		
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- céleri en branches	kg	0,080		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail (4 gousses)	kg	0,030		
- vin blanc	l	0,20		
- fond brun de veau lié	l	1,40		
- sauce tomate	l	0,20		
Finition de la sauce				
- citron (zestes)	kg	PM		
- oranges (zestes)	kg	PM		
- persil	kg	0,020		
Décor (facultatif)				
- orange	pièce	1		
Fondue de tomates				
- beurre	kg	0,040		
- échalotes	kg	0,040		
- tomates (grosses)	kg	0,800		
- bouquet garni	pièce	1		
- ail (2 gousses)	kg	0,015		
Garniture milanaise				
- beurre	kg	0,040		
- champignons de Paris	kg	0,080		
- jambon de Paris	kg	0,080		
- langue écarlate	kg	0,080		
- truffe (entière)	kg	0,040		
- madère	l	0,04		
- fond brun de veau lié tomaté	l	0,04		
- beurre	kg	0,020		
Garniture d'accompagnement				
- spaghettis	kg	0,500		
- beurre	kg	0,080		
- parmesan ou gruyère	kg	0,140		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- sucre		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 40 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : plat principal			***1 h 20 à 1 h 30 min***	
garniture			***6 à 8 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Vérifier et réserver les osso-buco en enceinte réfrigérée

3. Préparer la garniture aromatique - 20 min
- Eplucher, laver les carottes, les oignons, le céleri et les gousses d'ail.
- Tailler les carottes et le céleri en fine brunoise (petits dés de 2 à 3 mm de section).
- Ciseler finement les oignons.
- Laver, équeuter le persil et confectionner deux petits bouquets garnis.
- Eliminer le germe, écraser et hacher les 4 gousses d'ail.

4. Marquer les osso-buco en cuisson - 15 min
- Mettre de l'huile à chauffer dans un grand rondeau plat.
- Saler, poivrer et fariner les osso-buco.
- Les rissoler régulièrement sur les 2 faces.
- Dégraisser et ajouter la garniture aromatique.
- Suer doucement sans coloration.
- Déglacer avec le vin blanc et le laisser réduire.
- Mouiller avec le fond brun de veau lié et la sauce tomate.
- Ajouter l'ail haché et le bouquet garni.
- Vérifier l'assaisonnement et laisser cuire doucement à couvert au four à 220 °C durant 1 h 20 à 1 h 30 environ.

5. Marquer la fondue de tomates en cuisson 15 min *(voir p. 320)*
- La réserver à couvert au bain-marie.

6. Confectionner la «milanaise» - 15 min
- Eplucher, laver soigneusement et tailler les champignons en fine julienne.
- Parer, dégraisser si nécessaire et tailler le jambon et la langue écarlate en fine julienne.
- Parer légèrement et tailler également la truffe en julienne.
- Suer doucement la julienne de champignons dans une petite sauteuse avec le beurre.
- Ajouter la julienne de jambon, de langue et de truffe.
- Suer à nouveau l'ensemble 1 ou 2 min.
- Remuer très délicatement à l'aide d'une cuillère à potage.
- Déglacer avec le madère et le laisser réduire.
- Ajouter le fond brun de veau lié tomaté et réduire la sauce durant quelques minutes.
- Vérifier l'assaisonnement puis monter la sauce légèrement au beurre.
- Tamponner puis réserver la sauce à couvert au bain-marie.

7. Marquer les spaghettis en cuisson - 10 min *(voir p. 384/385).*
- Cuire les spaghettis à découvert (8 à 10 min avant l'envoi du plat) dans une grande quantité d'eau bouillante salée.
- Les égoutter puis les rincer rapidement à l'eau bouillante.
- Lier les spaghettis au beurre et vérifier l'assaisonnement.

8. Effectuer les finitions - 10 min
- Lever les zestes d'une demi-orange et d'un demi-citron et les tailler en fine brunoise.
- Les blanchir quelques secondes puis les égoutter.
- Laver, canneler et détailler une orange en huit tranches régulières.
- Concasser, hacher et essorer le persil.
- Tamiser et réserver le parmesan dans une saucière.

9. Terminer les osso-buco - 5 min
- S'assurer de leur cuisson et ajouter la brunoise de zestes d'orange et de citron dans le fond de braisage.
- Eliminer le bouquet garni.
- Dégraisser la sauce si nécessaire et vérifier l'assaisonnement.

10. Dresser les osso-buco milanaise - 5 min
- Les disposer délicatement dans le plat de service.
- Les napper soigneusement avec la sauce.
- Disposer sur chaque osso-buco une rondelle fine d'orange cannelée surmontée d'un petit bouquet de fondue de tomates.
- Placer une petite pointe de persil haché sur la fondue de tomates.
- Dresser les spaghettis légèrement en dôme dans un légumier.
- Dresser la fondue de tomates, la sauce milanaise et le parmesan à part en saucières.



Osso-buco milanaise

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 4 petites calottes
- 1 mandoline
- 2 petits bains-marie
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper
- 1 passoire

Matériel de cuisson :

- 1 grand rondeau plat avec couvercle
- 1 grande russe
- 1 sauteuse moyenne
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- plats creux ovales (bi-métal) ou plats sabots
- légumiers et dessous de légumiers
- saucières et dessous de saucières
- papier gaufré

«JARRETS» DE DINDE BRAISÉS, JARDINIÈRE DE LÉGUMES

1. Mettre en place le poste de travail

2. Braiser à brun 16 rouelles de cuisses de dinde de 0,100 kg chacune

- Ne pas ajouter de brunoise de zestes d'orange, ni de citron.
- Les braiser durant 40 à 45 min (les «jarrets» se défont rapidement de l'os).

3. Préparer les légumes

- Eplucher, laver et tailler en bâtonnets 0,800 kg de carottes et 0,800 kg de navets longs.
- Effiler et tronçonner en morceaux de 5 cm de longueur 0,400 kg de haricots verts.
- Ecosser 0,500 kg de petits pois frais.

4. Cuire séparément les légumes à l'anglaise

- Présenter les carottes, les navets et les haricots verts en petits fagots réguliers, les assaisonner, les beurrer avec 0,040 kg de beurre et les étuver au four à couvert.
- Adjoindre les petits pois à la sauce.

5. Dresser les rouelles de cuisse de dinde

- Les dresser sur assiette, napper soigneusement avec la sauce.
- Disposer les fagots de légumes en alternant les couleurs.
- Placer une belle pluche de cerfeuil au centre de chaque assiette.

PLATS SIMILAIRES

Osso-buco piémontaise

- Osso-buco braisés à brun selon la méthode «à la milanaise» *(voir ci-contre)*, accompagnés d'un rizotto lié à la crème, au parmesan et additionnés de petits dés de jambon.

Jarrets de veau à l'estragon

- Rouelles de jarret de veau braisées à brun dans un fond peu tomaté et additionnées à l'envoi d'un bottillon d'estragon fraîchement haché.
- Présenter les osso-buco avec des feuilles d'estragon blanchies.

Jarrets de veau braisés Clamart

- Présenter les jarrets de veau braisés à brun avec des fonds d'artichauts étuvés, garnis de petits pois à la française et de pommes château.

Osso-buco braisés aux primeurs

- Braiser à brun les osso-buco. Les décanter et ajouter dans le fond de braisage des carottes et des navets tournés à la cuillère et glacés à blanc, des petits oignons glacés à brun, des petits pois et des tronçons de haricots verts cuits à l'anglaise.



«Jarrets» de dinde braisés, jardinière de légumes



CASSOULET «FAÇON» TOULOUSAIN

Sa composition peut varier d'une ville à l'autre, mais il s'agit toujours de viandes (confit de canard, porc, agneau, saucisses, ...) et de haricots (tarbais, cocos ou lingots) mijotés dans une casserole en terre, dite cassole, d'où il tire son nom. Il était autrefois réalisé avec des fèves. A Castelnaudary il peut se faire à base de porc, à Carcassonne d'agneau et à Toulouse de confit de mouton et de saucisses.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base cuisson des haricots				
- tarbais, lingots ou cocos	kg	0,400		
- carottes	kg	0,160		
- oignons	kg	0,160		
- clous de girofle	pièce	2		
- bouquet garni	piéce	1		
- ail (2 gousses)	kg	0,015		
- poitrine de porc demi-sel	kg	0,200		
- couenne grasse de porc	kg	0,160		
Saucisson à l'ail à pocher	kg	0,200		
Garniture				
- cuisses de canard confites (4 pièces)	kg	0,600		
- graisse d'oie ou de canard	kg	0,040		
Ragoût d'agneau				
- épaule d'agneau désossée *ou*	kg	0,800		
- collier détaillé en morceaux de 0,050 kg	kg	0,800		
- oignons	kg	0,160		
- ail (4 gousses)	kg	0,030		
- tomates grosses	kg	0,400		
- bouquet garni	pièce	1		
- cuisson des haricots *ou*	l	PM		
- fond blanc de volaille	l	PM		
Saucisses de Toulouse (4 pièces)	kg	0,400		
Finition				
- ail (2 gousses)	kg	0,015		
- mie de pain	kg	0,040		
- graisse de confit	kg	PM		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	

DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION	*1 h 05 min*
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : des haricots	*1 h à 1 h 30*
du ragoût d'agneau	*1 h à 1 h 20*
du cassoulet	*1 h 30 à 2 h*



Cassoulet «façon» toulousain

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les haricots - 15 min
- Laver et tremper les haricots blancs durant quelques heures, les rincer et les blanchir éventuellement s'ils ne sont pas de récolte récente.
- Les marquer en cuisson avec les carottes, les oignons piqués, le bouquet garni, la poitrine de porc demi-sel blanchie et les couennes de porc blanchies, ficelées en paquet.
- Mener la cuisson des haricots très lentement afin qu'ils restent entiers.
- 20 min avant la fin de la cuisson, assaisonner et ajouter un petit saucisson à l'ail blanchi.

3. Marquer le cassoulet en cuisson - 15 min
- Dans un grand rondeau, faire revenir les cuisses de canard confites dans un peu de graisse.
- Les débarrasser et les réserver à couvert.
- Rissoler ensuite dans la graisse du confit l'épaule et le collier détaillés en morceaux de 0,050 kg.
- Dégraisser partiellement et ajouter les oignons ciselés, suer sans coloration, puis ajouter 4 gousses d'ail écrasées et les tomates mondées, épépinées et concassées.
- Mouiller avec 1,50 l de la cuisson des haricots ou à défaut du fond blanc de volaille.
- Assaisonner et ajouter 1 bouquet garni.
- Cuire lentement au four et à couvert durant 1 h à 1 h 20 min.

4. Terminer les éléments du cassoulet - 15 min
- Egoutter les haricots et réserver la cuisson.
- Décanter la viande et ajouter les haricots, passer la sauce au chinois et laisser mijoter durant environ 20 min.
- Détailler le lard et le saucisson en tranches d'1 cm d'épaisseur, et les couennes de porc en petits morceaux réguliers.
- Escaloper les morceaux de confit.
- Griller les saucisses de Toulouse seulement sur 1 côté.

5. Réaliser le montage - 12 min
- Frotter à l'ail 2 grands plats creux en terre (cassoles).
- Passer un peu de graisse de confit sur les parois et tapisser le fond et les côtés avec les morceaux de couenne.
- Disposer une couche de haricots, puis la viande en alternant le mouton, le confit et les tranches de saucisson, un peu de sauce et une autre couche de haricots.
- Saupoudrer de mie de pain tamisée et arroser de graisse de confit.
- Placer les plats dans un four doux (120 °C) durant 1 h 30 à 2 h.
- Briser et enfoncer la croûte (le gratin) dans le cassoulet lorsque celle-ci est bien dorée et rajouter un peu de cuisson si nécessaire.
- Recommencer le gratin et le briser une 2ème fois.
- Disposer sur le cassoulet les saucisses côté cru sur le dessus.
- Lorsque les saucisses sont cuites et bien croustillantes, le cassoulet est prêt.

6. Dresser le cassoulet - 3 min
- Disposer le plat brûlant sur un dessous de plat rond recouvert d'un papier gaufré.



LES ABATS

Bref rappel de technologie

Les abats sont des produits extrêmement fragiles. Ils doivent être consommés très rapidement et nécessitent des précautions d'hygiène très rigoureuses lors de leur préparation.

Certains abats font partie des M.R.S. (Matériels à Risques Spécifiés). Pour les utiliser il faut vérifier auprès de la Direction des Services Vétérinaires la réglementation en vigueur ; celle-ci change fréquemment. A ce jour, les ris et la totalité des intestins sont retirés de la consommation, la cervelle et la moelle épinière des bovins âgés de plus de 12 mois également. Ces dispositions seront reconsidérées prochaînement.



Petit ragoût de rognons et de ris de veau



Fritots de cervelle



Foies de veau à l'anglaise



Rognons sautés à la moutarde

Techniques mises en œuvre

- **Limoner et dégorger des cervelles et des ris**
- **Pocher des cervelles**
- **Préparer et parer des rognons**
- **Pocher des abats dans un court-bouillon**
- **Pocher des abats dans un blanc**
- **Sauter des abats**
- **Griller des abats**
- **Frire des abats**
- **Braiser des abats à blanc**
- **Braiser des abats à brun**

Garnitures d'accompagnement conseillées



Les garnitures sont spécifiques à chaque préparation, elles varient selon l'origine et la couleur des abats.

(Voir les fiches techniques correspondantes)



FOIE DE VEAU À L'ANGLAISE

Tranche de foie de veau sautée, servie avec du bacon ou de la poitrine de porc fumée sauté et un beurre noisette.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes vapeur, à l'anglaise, persillées ; pommes lyonnaise, bonne-femme, Parmentier ; fondue d'oignons, de fenouil, d'endives.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- foie de veau (8 tranches de 0,150 kg)	kg	1,200		
- poitrine de porc fumée ou bacon (8 tranches de 0,025 kg)	kg	0,200		
- farine	kg	0,100		
- beurre	kg	0,080		
Finition				
- beurre	kg	0,080		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***40 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			***3 à 4 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Parer la poitrine de porc - 5 min
- La découenner, ôter l'excès de gras et les cartilages s'il y a lieu.
- Réserver les tranches en enceinte réfrigérée.

3. Préparer le foie de veau - 10 min
- Vérifier les tranches.
- S'il est livré en lobes, ôter la fine pellicule transparente qui le recouvre juste au moment de le détailler en tranches régulières d'1 cm d'épaisseur.
- Filmer et réserver les tranches en enceinte réfrigérée.

4. Marquer les tranches de poitrine fumée ou de bacon en cuisson - 5 min
- Les tranches de poitrine de porc peuvent être blanchies au préalable.
- Mettre du beurre à chauffer dans un sautoir.
- Sauter les tranches de poitrine fumée sans les dessécher, puis les réserver au chaud (veiller attentivement à ne pas faire brûler le beurre).

5. Marquer les tranches de foie de veau en cuisson - 10 min
- Saler, poivrer et fariner les tranches de foie de veau.
- Les tapoter pour éliminer l'excédent de farine.
- Remettre le sautoir ayant servi à cuire les tranches de poitrine fumée sur le feu.
- Rajouter un peu de beurre si nécessaire.
- Sauter doucement les tranches de foie de veau en les maintenant rosées si un point de cuisson particulier n'a pas été précisé.

6. Dresser le foie de veau - 5 min
- Disposer les tranches de foie dans le sens de la diagonale du plat en les intercalant avec les tranches de poitrine fumée.
- Arroser de beurre noisette.

REMARQUE :
• Le foie de veau à l'anglaise ainsi que la poitrine fumée et le bacon peuvent être grillés : fariner les tranches de foie de veau au dernier moment avant de les marquer en cuisson, l'humidité du foie de veau risque de détremper la farine.



Foie de veau à l'anglaise

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 bahut

Matériel de cuisson :

- 1 grand sautoir
  ou
- un rondeau plat
- 1 petite poêle
- 1 marmite à pommes vapeur

Matériel de dressage :

- grands plats longs
- marmite à pommes vapeur
- dessous de plats ronds
- papier gaufré

CERVELLES D'AGNEAUX «MEUNIÈRE»

(Selon la réglementation)

1. Préparer les cervelles *(voir p. 235)*

- Dégorger 16 cervelles d'agneaux à l'eau courante très froide.
- Les limoner sous son filet d'eau pour éliminer toutes les adhérences sanguinolentes, puis les faire dégorger à nouveau dans de l'eau glacée légèrement vinaigrée.
- Les vérifier soigneusement et les rincer.

2. Préparer un court-bouillon

- Réunir dans une russe 1,50 l d'eau, 0,05 l de vinaigre, 0,200 kg de carottes et 0,200 kg d'oignons émincés, ajouter 1 bouquet garni et saler au gros sel.
- Cuire le court-bouillon très lentement durant 15 min, ajouter quelques grains de poivre, les laisser infuser et passer le court-bouillon au chinois.

3. Pocher les cervelles

- Les plonger dans le court-bouillon bouillant et les laisser pocher à très faible ébullition durant environ 10 min.
- Les refroidir rapidement dans la cuisson.

4. Préparer les éléments de la garniture

- Peler à vif 2 citrons et les détailler en 16 tranches régulières.
- Presser 2 petits citrons et réserver le jus dans un récipient en acier inoxydable.
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher 0,020 kg de persil.

5. Sauter les cervelles

- Les égoutter soigneusement sur du papier absorbant.
- Diviser transversalement chaque cervelle en 2 escalopes.
- Les assaisonner et les passer dans la farine, bien tapoter pour enlever l'excédent de farine.
- Les faire sauter très délicatement dans du beurre légèrement noisette.
- Utiliser de préférence une poêle antiadhésive et bien surveiller le beurre qui ne doit en aucun cas brûler.
- Les retourner et faire dorer l'autre face.

6. Dresser les cervelles

- Les disposer en couronne sur un grand plat rond.
- Les arroser de jus de citron et les napper avec 0,080 kg de beurre cuit noisette (juste blond) réalisé dans la poêle de cuisson.
- Disposer harmonieusement les rondelles de citron pelé à vif.
- Saupoudrer de persil haché.

REMARQUE :

- *Les cervelles meunière peuvent être également sautées directement à cru sans pochage préalable, dans ce cas elles doivent être d'une très grande fraîcheur. Les cervelles étant des abats particulièrement altérables, il est préférable de les pocher dès leur réception et de les utiliser dans la journée.*

PLATS SIMILAIRES

Foie de veau sauté à l'échalote

- Tranches de foie de veau sautées et maintenues rosées.
- Suer avec une légère coloration des échalotes finement émincées dans le récipient de cuisson.
- Déglacer avec du vinaigre et du vin blanc, réduire, ajouter du fond brun de veau lié très réduit, monter au beurre, napper, saupoudrer de persil haché.

Foie de veau lyonnaise

- Tranches de foie de veau sautées au beurre.
- Dresser en couronne, garnir le centre du plat d'oignons émincés sautés au beurre et liés avec un peu de fond brun de veau très réduit ou de la glace de viande.
- Arroser les tranches de foie de veau de beurre noisette. Déglacer la sauteuse avec un filet de vinaigre. Napper.

Foie de veau aux raisins

- Tranches de foie de veau sautées au beurre.
- Saupoudrer la sauteuse de cassonade et laisser légèrement caraméliser.
- Déglacer avec un filet de vinaigre et ajouter du fond brun de veau très réduit ou de la sauce demi-glace. Passer au chinois et ajouter des raisins frais pelés et épépinés, des raisins de Corinthe ou de Smyrne réhydratés et blanchis au préalable.
- Laisser mijoter quelques minutes. Monter la sauce au beurre. Napper.



Cervelles d'agneaux «meunière»



ROGNONS DE VEAU SAUTÉS AUX CHAMPIGNONS ET AU MADÈRE

Tranches de rognons de veau sautées au beurre, servies avec une sauce madère aux échalotes et accompagnées de champignons de Paris sautés.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes sautées à cru, lyonnaise, Parmentier ; pommes rissolées (noisettes, parisienne, cocotte, bonne-femme).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- rognons de veau dégraissés (4 x 0,300 kg)	kg	1,200		
- huile d'arachide	l	0,08		
- beurre	kg	0,080		
Sauce				
- échalotes	kg	0,050		
- madère	l	0,10		
- fond brun de veau lié	l	0,50		
- beurre	kg	0,050		
Garniture				
- champignons de Paris	kg	0,250		
- beurre	kg	0,040		
Finition				
- persil	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			2 à 3 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les rognons - 10 min *(voir p. 233/234)*
- Eliminer la «peau» qui les recouvre, puis les séparer en 2 dans le sens de la longueur.
- Supprimer le bassinet (toutes les parties blanchâtres, nerveuses et les canaux rénaux).
- Détailler les demi-rognons en lamelles d'1 cm d'épaisseur environ et les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Préparer la garniture des rognons - 10 min
- Eplucher, laver et ciseler finement les échalotes.
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil.
- Eplucher, laver soigneusement et escaloper les champignons.

4. Marquer les champignons en cuisson - 5 min
- Sauter les champignons au beurre dans une poêle pendant 4 à 5 min, les saler légèrement, puis les égoutter.
- Réserver les champignons sautés au chaud *(voir p. 416)*.

5. Marquer les rognons en cuisson - 15 min
- Mettre de l'huile à chauffer fortement dans un grand sautoir.
- Saisir vivement et rapidement les rognons pendant quelques secondes, puis les égoutter dans une passoire placée sur un bahut ou sur une calotte.
- Remettre le sautoir sur le feu avec le beurre.
- Assaisonner les rognons, puis les faire sauter durant 2 à 3 min dans le beurre très chaud (légèrement blond).
- Les maintenir rosés.
- Les débarrasser à nouveau dans la passoire et les laisser égoutter.

6. Réaliser la sauce - 10 min
- Dégraisser le sautoir.
- Ajouter les échalotes ciselées et les suer doucement sans coloration.
- Déglacer avec le madère et le laisser réduire.
- Ajouter le fond brun de veau lié et laisser réduire doucement pendant quelques minutes.
- Vérifier l'assaisonnement et ajouter les rognons bien égouttés ainsi que les champignons **(la sauce ne doit pas bouillir)**.
- Retirer le sautoir du feu et monter la sauce légèrement au beurre.
- Rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

7. Dresser les rognons - 5 min
- Dresser immédiatement les rognons légèrement en dôme dans un légumier.
- Saupoudrer sans excès de persil haché.
- Disposer le légumier sur un dessous de plat recouvert de papier gaufré.



Rognons de veau sautés aux champignons et au madère

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte
- 2 petites calottes
- 1 planche à découper
- 1 petit bain-marie
- 1 passoire à queue

Matériel de cuisson :

- 1 grand sautoir
  ou
- 1 grande sauteuse
- 1 petite poêle ronde

Matériel de dressage :

- légumiers
- dessous de plats ronds
- papier gaufré

PETIT «RAGOÛT» DE ROGNONS ET DE RIS DE VEAU AUX CHAMPIGNONS SAUVAGES

(Selon la réglementation)

1. Préparer les abats

- Dégorger, blanchir fortement, rafraîchir, parer et mettre sous presse 4 noix de ris de veau de 0,250 kg chacune *(voir p. 233).*
- Parer, dégraisser, dénerver et escaloper 2 beaux rognons de veau de 0,300 kg chacun.

2. Préparer la garniture

- Nettoyer 0,400 kg de champignons sauvages (selon la saison, choisir des cèpes, des trompettes de la mort, des girolles, des morilles, éventuellement des pleurotes).
- Les escaloper s'ils sont trop gros.
- Eplucher, laver et ciseler finement 0,040 kg d'échalotes.
- Hacher 0,020 kg de persil ou ciseler 0,020 kg de ciboulette.

3. Sauter les champignons

- Les sauter dans 0,040 kg de beurre très chaud (mousseux) et les saupoudrer de la moitié des échalotes ciselées. Réserver l'eau de végétation s'il y a lieu.

4. Sauter les rognons

- Les saisir vivement durant quelques secondes dans de l'huile très chaude et les égoutter.
- Les assaisonner et les faire sauter dans 0,040 kg de beurre légèrement noisette. Les garder rosés et les débarrasser dans une passoire pour qu'ils puissent s'égoutter.

5. Sauter les ris de veau

- Escaloper les ris de veau en tranches d'1,5 cm d'épaisseur.
- Les assaisonner et les fariner (ôter l'excédent de farine).
- Les faire sauter dans une poêle antiadhésive avec 0,040 kg de beurre très chaud.
- Les retourner très délicatement à l'aide d'une spatule.

6. Confectionner la sauce

- Dégraisser la sauteuse de cuisson des rognons.
- Y ajouter le reste des échalotes ciselées et les suer sans coloration.
- Déglacer avec 0,10 l de porto et réduire de moitié.
- Ajouter 0,30 l de fond brun de veau légèrement lié, l'eau de végétation des champignons et 0,10 l de crème.
- Réduire et vérifier l'assaisonnement.

7. Dresser le «ragoût»

- Alterner les tranches de rognons et les escalopes de ris de veau en les disposant en couronne sur les assiettes.
- Napper soigneusement avec la sauce.
- Disposer harmonieusement les champignons par petits bouquets.
- Parsemer de persil haché ou de ciboulette ciselée.

PLATS SIMILAIRES

Rognons de veau Beaugé

- Rognons de veau parés, «dénervés», et conservés entiers.
- Les saisir vivement au beurre noisette.
- Les assaisonner et les égoutter. Ils doivent rester rosés. La préparation est réalisée en salle devant le client. La cuisine envoie les rognons dans une sauteuse de flambage, avec une saucière de crème et une saucière de fond brun de veau lié. Les rognons sont flambés au cognac, la sauteuse est déglacée, puis on ajoute de la crème et du fond brun de veau lié. Après réduction, la sauce est additionnée hors du feu de moutarde et montée au beurre.

Rognons de veau bordelaise

- Rognons de veau sautés. La sauce est réalisée par déglaçage au vin rouge et additionnée de sauce bordelaise.
- Accompagner de dés de moelle pochée et de cèpes sautés à la bordelaise, parsemer de persil haché.

Rognons de veau bouchère

- Rognons, chipolatas et petits dés de filet de bœuf sautés.
- Déglacer madère, réduire et ajouter de la sauce madère. Monter au beurre. Parsemer de persil haché.



Petit ragoût de rognons et de ris de veau aux champignons sauvages



LANGUE DE BŒUF POCHÉE SAUCE PIQUANTE

Langue de bœuf pochée avec une garniture aromatique, servie avec une sauce réalisée à partir d'une réduction d'oignons ciselés, de vin blanc et de vinaigre, mouillée au fond de veau tomaté, et agrémentée d'une julienne de cornichons et de fines herbes.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : purée de pommes de terre, de céleri, de choux-fleurs ; épinards en feuilles ou à la crème ; légumes pochés (carottes, navets, céleri, poireaux, ...).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- langue de bœuf fraîche* présentée avec la coupe dite «coupe suisse» ou «coupe short»	kg	1,800 à 2		
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- clous de girofle	pièce	2		
- bouquet garni	pièce	1		
- céleri en branches	kg	0,100		
- poireaux	kg	0,200		
Sauce piquante				
- échalotes	kg	0,050		
- vin blanc	l	0,10		
- vinaigre d'alcool coloré	l	0,05		
- fond brun de veau tomaté *ou*	l	0,80		
- sauce espagnole	kg	0,80		
- cornichons	kg	0,080		
- persil	kg	PM		
- cerfeuil	botte	PM		
- estragon	botte	PM		
- beurre	kg	0,040		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 05 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			1 h 30 à 2 h	

** Langue désossée, dégraissée et parée, constituée uniquement du corps du muscle lingual avec 95 % de maigre (voir cours de technologie culinaire : les abats - Editions BPI)*

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Dégorger la langue à l'eau courante - 5 min
- La laisser dégorger dans de l'eau courante très froide durant 2 h environ (certains professionnels la mettent à macérer dans du gros sel durant 24 h).

3. Blanchir la langue - 10 min
- La placer dans un rondeau haut ou dans une grande russe.
- La recouvrir d'eau froide, porter à ébullition et laisser blanchir durant quelques minutes.
- La rafraîchir et l'égoutter.

(Les langues congelées provenant obligatoirement d'abattoirs ou d'ateliers de découpe agréés sont blanchies dans de l'eau bouillante sans décongélation préalable ou éventuellement une semi-décongélation réalisée durant quelques heures en enceinte réfrigérée à + 3 °C maximum.)

4. Préparer les légumes de la garniture aromatique - 10 min
- Eplucher et laver les carottes.
- Eplucher, laver et piquer les oignons avec les clous de girofle.
- Confectionner un bouquet garni, lui ajouter le poireau et le céleri en branches.

5. Pocher la langue - 10 min
- Rincer la russe ou le rondeau utilisé lors du blanchiment.
- Y placer la langue de bœuf, couvrir d'eau froide, saler au gros sel et porter à ébullition.
- Ecumer soigneusement.
- Ajouter la garniture aromatique.
- Cuire très lentement dans le récipient semi-couvert durant 1 h 30 - 2 h (selon la qualité de la langue).

6. Réaliser la sauce piquante - 15 min
- Dans une sauteuse moyenne, réduire des 4/5ème le vin blanc, le vinaigre, les échalotes et quelques grains de poivres écrasés (mignonnette).
- Ajouter le fond brun de veau lié et tomaté ou la sauce demi-glace.
- Laisser frémir durant environ 10 min.
- Passer au chinois étamine.
- Ajouter les cornichons taillés en julienne et blanchis.
- Monter la sauce au beurre.
- Ajouter à l'envoi les herbes fraîchement hachées.

7. Dresser la langue de bœuf - 10 min
- S'assurer de sa cuisson, une aiguille à brider piquée au centre du muscle doit ressortir sans difficulté.
- L'égoutter et la monder (ôter la peau qui la recouvre).
- La parer si nécessaire et la détailler en 16 tranches régulières.
- Dresser les tranches sur un plat long et napper uniformément avec la sauce piquante.

REMARQUES :
- *En restauration classique, il est d'usage de pocher les langues d'après la méthode ci-dessus. Aux 2/3 de leur cuisson, elles sont égouttées, mondées et braisées sur un fond d'aromates, avec du madère et du fond brun de veau lié. Les sauces d'accompagnement les plus courantes sont les sauces madère, chasseur, Bigarade et les garnitures bourgeoise et bourguignonne.*
- *En collectivités, les langues fraîches doivent être livrées au plus tôt la veille au soir pour le service du lendemain. L'épluchage et le tranchage doivent s'effectuer dans le délai le plus rapproché du service (2 h au maximum).*
- *En restauration différée, il n'est pas recommandé d'utiliser le fond de cuisson pour la réalisation de la sauce.*



Langue de bœuf pochée, sauce piquante

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 grandes calottes
- 1 planche à découper
- 1 petit bain-marie
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 rondeau haut
  ou
- 1 marmite
- 1 sauteuse moyenne

Matériel de dressage :

- grands plats longs
- saucières et dessous de saucières
- papier gaufré

TÊTE DE VEAU POCHÉE DANS UN BLANC SAUCE RAVIGOTE

1. Blanchir la tête de veau

- La placer dans un rondeau haut ou dans une grande russe.
- Couvrir d'eau froide, porter à ébullition et blanchir durant quelques minutes.
- Rafraîchir et égoutter.

2. Réaliser la cuisson

- Rincer le récipient et porter environ 3 l d'eau à ébullition.
- Dans une petite calotte, délayer 0,060 kg de farine, 0,20 l d'eau froide et le jus d'un citron (0,020 kg de farine par litre d'eau).
- Verser le «blanc» ainsi réalisé au travers d'un chinois placé sur l'eau en ébullition.
- Remuer à l'aide d'un fouet afin d'éviter la formation de grumeaux.

3. Pocher la tête de veau

- La citronner et la placer dans la cuisson.
- Saler au gros sel.
- Ajouter 0,200 kg de carottes tronçonnées, 0,200 kg d'oignons piqués de 2 clous de girofle et un fort bouquet garni, 0,05 l d'huile ou 0,150 kg de graisse de veau hachée.
- Couvrir d'un papier sulfurisé troué au centre pour laisser s'échapper la vapeur.
- Cuire à très faible ébullition durant 2 h environ.

REMARQUE : *Généralement, la tête de veau désossée comporte la langue. Si ce n'est pas le cas, la pocher en même temps et la retirer 30 min avant la fin de la cuisson de la tête. Il est d'usage de servir la cervelle pochée avec la tête de veau. Dans ce cas, la dégorger, la limoner et la pocher dans un court-bouillon bouillant* *(voir «cervelle meunière» p. 835).*

4. Confectionner la sauce ravigote

- Réaliser une sauce vinaigrette avec 0,10 l de vinaigre et 0,30 l d'huile, saler, poivrer et ajouter des câpres hachées, de l'oignon finement ciselé et rincé sous un filet d'eau froide, et des fines herbes fraîchement hachées.

5. Dresser

- Déficeler et détailler la tête de veau en tranches régulières.
- Détailler la langue en tranches et escaloper la cervelle.
- Dresser à raison de 2 tranches de tête de veau brûlantes par personne, d'une tranche de langue et d'une escalope de cervelle.
- Napper de sauce ravigote.
- Disposer une tranche de citron pelé à vif et quelques pluches de cerfeuil (la tête de veau servie brûlante peut être accompagnée de sauces froides : dérivées de la sauce mayonnaise ou de la sauce vinaigrette, aïoli, gribiche, rémoulade, tartare, Vincent... ou de sauces chaudes : charcutière, piquante, diable, Robert, chasseur, tomate, poulette,...).

PLATS SIMILAIRES

Langue de bœuf, sauce tomate

- Pocher la langue d'après la méthode ci-contre. Servir avec une sauce tomate *(voir p. 289).*

Langue de bœuf florentine

- Tranches de langue de bœuf pochées, dressées sur un lit d'épinards sautés au beurre noisette. Napper de sauce Mornay et gratiner.

Fraise de veau, sauce gribiche

- Pocher la fraise de veau dans un blanc. La servir brûlante avec une sauce mayonnaise réalisée à partir de jaunes d'œufs à peine durs et encore tièdes, additionnée de câpres et de cornichons hachés, de fines herbes et d'une julienne de blancs d'œufs durs.

Pieds de veau ou de mouton, sauce poulette

- Pieds de veau ou de mouton désossés, pochés dans un blanc et détaillés en morceaux.
- Egoutter et napper de sauce poulette (velouté de veau et de champignons, lié avec des jaunes d'œufs et de la crème, ajouter un jus de citron et du persil haché).



Tête de veau pochée dans un blanc, sauce ravigote



RIS DE VEAU BRAISÉS À BRUN ET À BLANC (selon la réglementation)

Ris de veau (thymus) piqués de bâtonnets de lard gras et braisés à court-mouillement sur un lit d'aromates au madère ou au porto.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : petits pois à la française, paysanne ; carottes nouvelles, champignons divers (morilles, chanterelles), pointes d'asperges, jets de houblon, céleri, endives et laitues braisées.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- ris de veau non parés : 8 pommes ou noix de ris de veau de 0,250 kg	kg	2		
- lard gras	kg	0,150		
- beurre	kg	0,080		
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,150		
- oignons	kg	0,150		
- bouquet garni	pièce	1		
Fond de braisage				
- vin blanc	l	0,10		
- madère ou porto	l	0,05		
- fond brun de veau lié	l	0,80		
Finition				
- beurre	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 55 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :			*35 à 40 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 470 à 473)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les ris de veau (la veille de préférence) - 15 min *(voir p. 232/233)*
- Faire dégorger les ris de veau à l'eau glacée en la changeant fréquemment (elle peut être légèrement salée).
- Les blanchir durant 3 à 4 min (départ eau froide), les rafraîchir puis les égoutter.
- Eliminer les parties graisseuses, nerveuses, cartilagineuses et parer les noix de ris de veau (si nécessaire).
- Placer les noix de ris de veau «sous presse» : les disposer dans une plaque à débarrasser recouverte d'un torchon ou d'un film en plastique alimentaire. Les couvrir et placer une autre plaque dessus contenant deux poids de 0,500 kg.
- Les réserver ainsi que les parures et les parties cartilagineuses en enceinte réfrigérée.

3. Détailler le lard gras en bâtonnets de 3 cm de long sur 3 cm de section - 5 min
- Les raffermir dans de l'eau glacée.

4. Préparer la garniture aromatique - 5 min
- Eplucher, laver et émincer les carottes et les oignons.
- Laver, équeuter le persil et confectionner un petit bouquet garni.

5. Piquer les ris de veau - 30 min *(voir p. 229 et 471)*
- Piquer légèrement en quinconce la surface des noix de ris de veau à l'aide d'une aiguille à piquer.

6. Marquer les ris de veau en cuisson - 15 min
- Saler, poivrer et faire raidir les ris de veau au beurre dans une sauteuse, la partie piquée en premier.
- Laisser colorer légèrement et débarrasser les ris de veau.
- Ajouter la garniture aromatique, les parures des ris, et laisser suer sans coloration durant quelques minutes.
- Dégraisser et placer les ris de veau sur la garniture.
- Déglacer avec le vin blanc et le laisser réduire.
- Ajouter le madère ou le porto et réduire à nouveau légèrement.
- Mouiller avec le fond brun de veau lié.
- Vérifier l'assaisonnement et ajouter le bouquet garni.
- Cuire les ris de veau à couvert au four à 200 °C durant 35 à 40 min environ (surveiller attentivement la réduction de la sauce et arroser fréquemment les ris de veau pendant la cuisson).

7. Terminer et glacer les ris de veau - 5 min
- S'assurer de leur cuisson et les débarrasser.
- Passer la sauce au chinois étamine sans la fouler.
- Dégraisser si nécessaire, vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Glacer les ris de veau à l'entrée d'un four très chaud ou sous la salamandre en les arrosant sans discontinuer avec le fond de braisage.
- Tamponner et réserver à couvert le reste de la sauce au bain-marie.

8. Dresser les ris de veau braisés - 5 min
- Disposer les ris de veau dans le sens de la diagonale du plat de service.
- Napper soigneusement et uniformément les ris de veau avec la sauce.


Ris de veau braisés à brun et à blanc

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 chinois étamine
- 1 petite passoire à queue
- 1 grande calotte
- 1 bahut
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
- 1 rondeau plat avec couvercle
  ou
- 1 grande sauteuse

Matériel de dressage :

- grands plats ou plats sabots (bi-métal)
- dessous de plats
- papier gaufré

RIS DE VEAU BRAISÉS À BLANC

1. Dégorger, blanchir, rafraîchir, parer et mettre sous presse 8 noix de ris de veau de 0,250 kg chacune

2. Piquer les ris de veau

- Selon la préparation, les ris de veau peuvent être laissés dans leur état naturel ou piqués de petits bâtonnets de lard gras, de langue écarlate ou cloutés de truffes.

3. Préparer la garniture aromatique du fond de braisage

- Eplucher, laver et émincer 0,150 kg de carottes, 0,150 kg d'oignons et 0,050 kg de céleri en branches.
- Réserver 0,050 kg de parures ou de pieds de champignons.
- Confectionner un petit bouquet garni.

4. Marquer les ris de veau en cuisson

1ère solution :

- Assaisonner et faire raidir les ris de veau dans 0,040 kg de beurre très chaud. Placer la face piquée en premier et les retourner très délicatement. La coloration doit être légèrement blonde.
- Débarrasser les ris de veau.
- Ajouter la garniture aromatique dans la sauteuse et la suer sans coloration durant quelques minutes.
- Placer les ris de veau sur la garniture aromatique.
- Déglacer avec 0,10 l de vin blanc ou de porto blanc.
- Réduire des 2/3 et mouiller avec 0,40 l de fond blanc de veau très corsé et gélatineux.
- Ajouter le bouquet garni, placer une feuille de papier sulfurisé beurrée sur les ris, couvrir la sauteuse et cuire au four durant 35 à 40 min.
- Arroser fréquemment durant la cuisson.

2ème solution :

- Suer au beurre la garniture aromatique.
- Disposer les ris de veau et placer la sauteuse dans un four à 200 °C durant environ 15 min.
- Sortir la sauteuse du four et mouiller avec le vin réduit et le fond blanc bouillant.
- Couvrir et replacer au four.

5. Réaliser le fond de braisage

- Débarrasser les ris et les réserver à couvert.
- Passer le fond de braisage au chinois étamine, le réduire si nécessaire vérifier l'assaisonnement et le dégraisser.

6. Glacer les ris de veau (facultatif)

- Les exposer sous la salamandre en les arrosant sans cesse avec le fond de braisage.

7. Terminer le fond de braisage

- Ajouter selon la recette 0,10 l de fond brun de veau ou 0,10 l de velouté de veau, 0,20 l de crème et réduire le fond de braisage jusqu'à la consistance souhaitée. L'aciduler avec quelques gouttes de citron.

8. Dresser les ris de veau

REMARQUE : *Cette technique de braisage à blanc s'applique plus spécifiquement aux garnitures suivantes : ris de veau braisés aux champignons (morilles, chanterelles,...), ris de veau braisés aux pointes d'asperges, ris de veau braisés dressés en cocotte sur une julienne grosse et courte de carottes, de navets blancs, de poireaux, de céleri en branches, de champignons et de truffes.*

PLATS SIMILAIRES

Ris de veau braisés Clamart

- Ris de veau braisés à brun, accompagnés de fonds d'artichauts étuvés au beurre et garnis de petits pois à la française et de petites pommes château. Fond de braisage au madère.

Ris de veau des gourmands

- Ris de veau braisés à brun.
- Disposer des escalopes de foie gras frais sautées sur chaque noix de ris de veau. Entourer de pointes d'asperges étuvées au beurre et de lames de truffes. Fond de braisage au madère et jus de truffes.

Ris de veau braisés florentine

- Dresser les ris de veau braisés à brun et escalopés, sur un lit d'épinards en feuilles sautés au beurre noisette. Cordon de fond de braisage tout autour.

Timbale de ris de veau braisés Surcouf

- Ris de veau braisés à brun, dressés en timbale, garnis d'escalopes de fonds d'artichauts, de carottes et de navets nouveaux glacés à blanc, et de pointes d'asperges étuvées au beurre.


Ris de veau braisés aux morilles



PRÉCAUTIONS À OBSERVER LORS DE LA RÉCEPTION, DU STOCKAGE ET DE L'UTILISATION DES ABATS

Diagramme de fabrication	Dangers	Précautions à observer pour limiter les dangers ou mesures préventives d'éviction
• Réception des abats, contrôles, déconditionnement	**Contamination** Les abats représentent une source potentielle de germes. Ils peuvent être contaminés par les conditionnements souillés, le matériel insuffisament nettoyé et par les mains du manipulateur.	• Refuser les abats non conditionnés. • Refuser les abats baignant dans le sang ou tout autre exsudat. • Refuser les abats d'aspect ou à odeur suspect (ils doivent être brillants, sans odeur particulière, humides au toucher, sans aucune trace poisseuse). • Ils doivent être propres, débarrassés de tous déchets (caillots de sang, gros vaisseaux, ergots, poils, ...). • Refuser les abats surgelés présentant des traces de décongélation (présence de cristaux de glace). • Exiger des abats protégés et identifiés (nature, provenance, atelier agréé, estampille sanitaire, D.L.C. pour les abats réfrigérés, D.L.U.O. pour les abats surgelés. • Préférer les rognons enveloppés dans leur ganse de graisse, les lobes de foie entiers protégés par la pellicule qui doit être retirée au dernier moment avant la cuisson. • N'utiliser que des langues à «coupe suisse» débarrassées des glandes salivaires. Les marquer en cuisson sitôt la livraison. Cuire les langues surgelées sans décongélation préalable ou éventuellement en l'état de semi-décongélation. • Se nettoyer efficacement les mains avant et après toutes les opérations de contrôle, de déconditionnement de stockage, de désousvidage, ... • N'utiliser que du matériel parfaitement propre et désinfecté.
• Stockage, utilisation/cuisson	**Prolifération** Les abats livrés non protégés, réfrigérés, sous-vide, surgelés sont très sensibles aux écarts de température. Une élévation de quelques degrés entraîne la reprise de l'activité microbienne. NE JAMAIS ROMPRE LA CHAÎNE DU FROID	• Stocker les abats frais immédiatement les contrôles terminés, en enceinte réfrigérée à + 4 °C maximum, les abats surgelés à - 18 °C. • Eviter toute rupture de la chaîne du froid. • Réserver les abats déconditionnés ou désousvidés dans des banks couverts, propres et identifiés. Les marquer en cuisson le plus rapidement possible. • Respecter scrupuleusement la D.L.C. Effectuer une rotation logique et rapide. • Sortir les abats de la chambre froide et les détailler au fur et à mesure de leur mise en cuisson. • Pocher les petits abats surgelés sans décongélation préalable. • Limoner, dégorger et pocher les cervelles et les ris dès la réception, les refroidir rapidement et les utiliser sans délai. • Ne pas conserver les restes après le service.

REMARQUE

Les abats sont des produits extrêmement fragiles et constituent de par leur composition (richesse en sang) un milieu favorable au développement des micro-organismes.
Classés comme «Matériels à Risques Spécifiés» (M.R.S.), la vente des abats est réglementée.
Ils doivent être consommés très frais et nécessitent des précautions d'hygiène particulièrement rigoureuses.

LES VOLAILLES



Bref rappel de technologie

Le terme «volaille» désigne l'ensemble des animaux de la basse-cour, les pigeons et les cailles nés et élevés en captivité et les lapins domestiques. En cuisine, ce terme s'applique uniquement aux préparations à base de poulet (ex. : fricassée de volailles).

Les volailles sont classées d'après la couleur de leur chair, on distingue les volailles à chair blanche (poulets, dindonneaux) et les volailles à chair brune (canards, oies, pintades). Les volailles peuvent provenir d'élevages industriels labellisés (Loué) ou de qualité supérieure pour les volailles d'appellation d'origine contrôlée (Bresse).

Les cuissons rapides (rôtir, griller, sauter) s'appliquent aux volailles jeunes, les cuissons longues (pocher, braiser, en ragoût) aux volailles plus âgées (coq au vin).

Pour être de bonne qualité, les volailles doivent présenter une excellente conformation, la poitrine doit être large, épaisse, bien fournie en viande. L'extrémité inférieure du bréchet doit être flexible, la peau fine, tendue et sans amas graisseux. Les viscères, s'ils sont présents, doivent être développés, sains, brillants, sans taches ni odeur particulière.



Caneton poêlé aux petits pois



Poulet rôti



Suprême de volaille Armenonville

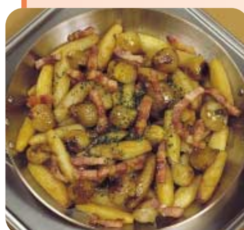


Râble de lapereau farci à la moutarde

Techniques mises en œuvre

- Habiller des volailles
- Brider des volailles pour rôtir ou pour poêler (en entrée)
- Découper des volailles à cru
- Préparer une volaille pour griller
- Préparer des suprêmes de canard
- Désosser des cuisses de volaille (jambonnettes)
- Découper un lapin
- Pocher des volailles
- Sauter des morceaux de volaille à «brun» ou à «blanc»
- Griller, rôtir et poêler des volailles
- Réaliser des ragoûts à brun et à blanc de volaille
- Braiser des jambonnettes
- Réaliser un fond blanc ou un fond brun de volaille
- Réaliser un jus de rôti
- Réaliser un fond de poêlage
- Réaliser un velouté de volaille

Suggestions de garnitures d'accompagnement



Volailles pochées : légumes cuits à l'anglaise, riz pilaf et créole.

Volailles sautées : pommes rissolées (cocotte, parisienne, ...), pommes et champignons sautés.

Volailles rôties : pommes sèches traitées à la friture, légumes verts étuvés au beurre.

Volailles poêlées : selon l'appellation.



POULARDE POCHÉE SAUCE SUPRÊME, RIZ PILAF

Poularde pochée dans du fond blanc de volaille corsé, servie sur un socle de riz pilaf, et nappée d'une sauce obtenue avec le fond blanc de cuisson lié et crémé.
Elle est accompagnée d'un riz cuit à court-mouillement dans un fond blanc de volaille.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- poularde labellisée ou éventuellement 2 poulets 4/4 de 1,200 à 1,400 kg	kg	2,400 à 2,800		
- citron - 1 pièce	kg	0,100		
- fond blanc de volaille corsé	l	4		
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- clous de girofle	pièce	2		
- blancs de poireaux	kg	0,200		
- céleri en branches	kg	0,100		
- bouquet garni	pièce	1		
Sauce suprême				
- beurre	kg	0,080		
- farine	kg	0,080		
- fond blanc de cuisson	l	1,5		
- crème épaisse	l	0,30		
- beurre	kg	0,040		
Riz pilaf				
- beurre	kg	0,080		
- oignons	kg	0,160		
- riz long	kg	0,400		
- fond blanc de volaille	l	PM		
- bouquet garni	pièce	1		
- beurre	kg	0,040		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre blanc		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	

DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION	***1 h 25 min***
DURÉE MOYENNE DE CUISSON :	
Pour un poulet	***30 à 35 min***
Pour une poularde	***1 h à 1 h 15 min***
Pour une vieille poule	***1 h 30 à 2 h***

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller la poularde - 20 min *(voir p. 237/242 et 245)*
- Etirer, flamber et éliminer le reste des duvets.
- Parer, vider, trousser et brider la volaille en entrée (ne pas oublier de retirer la «fourchette» (clavicule ou bréchet).
- Vérifier et parer les abattis.

3. Blanchir la poularde - 5 min
- Placer la poularde ainsi que les abattis dans une grande russe et mouiller à l'eau froide.
- Porter à ébullition, écumer et blanchir la poularde durant 2 à 3 min.
- La rafraîchir, puis l'égoutter.

4. Préparer la garniture aromatique - 10 min
- Eplucher et laver soigneusement les légumes.
- Tailler les carottes en gros bâtonnets et les oignons en quartiers, en réserver un et le clouter côté talon avec 2 clous de girofle.
- Réserver également 0,160 kg d'oignons pour le riz pilaf.
- Laver, équeuter le persil et confectionner 2 bouquets garnis dont un avec les blancs de poireaux et le céleri.

5. Marquer la poularde en cuisson - 5 min
- Citronner la poularde et la placer avec les abattis dans la russe.
- Mouiller avec du fond blanc de volaille froid et saler très légèrement au gros sel.
- Porter à ébullition et écumer soigneusement.
- Ajouter la garniture aromatique et cuire à faible ébullition et à couvert pendant 30 à 35 min pour un poulet 4/4, de 1 h à 1 h 15 min pour une poularde, plus pour une vieille poule.

6. Confectionner le roux blanc - 5 min *(voir p. 281)*
- Le laisser refroidir.

7. Marquer le riz pilaf en cuisson - 10 min *(voir p. 379)*
- Le mouiller avec du fond blanc de volaille bouillant.

8. Confectionner le velouté de volaille - 10 min *(voir p. 282)*
- S'assurer de la cuisson de la poularde et la réserver au chaud et à couvert avec un peu de fond de cuisson.
- Passer le fond blanc de volaille au chinois étamine et le dégraisser si nécessaire.
- Mouiller le roux froid avec 1,5 l de fond bouillant.
- Remuer jusqu'à la reprise de l'ébullition à l'aide d'un petit fouet.
- Laisser cuire doucement le velouté et le laisser réduire pendant 15 à 20 min.

9. Terminer le riz pilaf - 5 min
- S'assurer de sa cuisson, puis le sortir du four et le laisser gonfler quelques minutes sans y toucher.
- Ajouter le beurre en parcelles et l'égrener délicatement à l'aide d'une fourchette.
- Vérifier l'assaisonnement et le réserver au chaud et à couvert.

10. Terminer le velouté de volaille - 5 min
- Ajouter la crème et laisser réduire à nouveau durant une quinzaine de minutes.
- Dépouiller si nécessaire.
- Passer la sauce au chinois étamine dans un bain-marie et la monter au beurre.
- Tamponner et réserver la sauce suprême à couvert au bain-marie.

11. Dresser la poularde - 5 min
- Débrider et supprimer délicatement la peau de la poularde.
- Dresser le riz en forme de socle dans un grand plat long et beurré.
- Disposer la poularde sur le socle de riz.
- Placer le plat au four pendant quelques secondes.
- Napper soigneusement et uniformément la poularde avec de la sauce suprême.
- Dresser un complément de riz à part dans un légumier.
- Dresser le reste de la sauce en saucière.



Poularde pochée sauce suprême, riz pilaf

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte
- 1 chinois étamine
- 1 planche à découper
- 2 petites calottes
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
  ou
- 1 rondeau haut avec couvercle
- 1 sauteuse moyenne
- 1 grande sauteuse avec couvercle

Matériel de dressage :

- grands plats sabots ou plats ovales creux
- légumiers, dessous de légumiers
- saucières, dessous de saucières
- papier gaufré

SUPRÊMES DE VOLAILLE FARCIS RENAISSANCE

1. Préparer 8 suprêmes de volaille «label rouge» de 0,250 kg chacun
- Les parer, les désosser entièrement et ôter la peau.
- Les inciser transversalement pour les ouvrir en portefeuille.
- Les aplatir légèrement et les assaisonner.

2. Farcir les suprêmes
- Les masquer avec une épaisse couche de farce mousseline de volaille réalisée à partir de 0,250 kg de blanc de volaille, un demi-blanc d'œuf et 0,20 l de crème.
- Disposer sur la farce des bâtonnets de carottes, de courgettes, de poivrons rouges (mondés, cuits à l'anglaise) et de truffes.
- Rouler les suprêmes et maintenir les rouleaux à l'aide de papier film.

3. Pocher les suprêmes
- Ils peuvent également être cuits à la vapeur.

4. Réaliser la sauce
- Réaliser un fond blanc de volaille très corsé selon la technique du fumet de poisson, y ajouter des parures de champignons.
- Réduire le fond blanc ainsi obtenu, le crémer et réduire à nouveau. La consistance doit être légèrement nappante.

5. Dresser les suprêmes
- Les escaloper.
- Napper le fond des assiettes avec la sauce.
- Disposer les tranches de suprême en les faisant se chevaucher et disposer harmonieusement la garniture Renaissance (tous les légumes nouveaux glacés à blanc -carottes, navets, petits oignons, courgettes-, des pointes d'asperges, des haricots verts et des choux-fleurs nappés de sauce hollandaise).

PLATS SIMILAIRES

Poule au blanc
- Poule pochée dans un excellent fond blanc de volaille corsé.
- Ajouter en cours de cuisson et selon leur nature : des carottes et des navets tournés et blanchis, des tronçons de blancs de poireaux et de céleri en branches effilandré, et des pommes de terre cuites à part à l'anglaise. Servir avec une sauce à la crème réalisée en réduisant à glace 1 l de fond de cuisson et en y ajoutant 0,50 l de crème et 2 jaunes d'œufs. Cuire à la nappe sans bouillir et passer au chinois.

Poularde en vessie
- La poularde est placée dans une vessie de porc soigneusement dégorgée avec, soit des herbes fraîches, soit du madère et du cognac. Pocher comme ci-dessus et servir avec les légumes d'accompagnement.

Poularde pochée sauce ivoire
- Servir avec une sauce suprême additionnée de glace blonde de volaille et des cèpes à la crème.

Poule au pot béarnaise
- Farcir la poule avec une farce composée de mie de pain trempée dans du fond blanc de volaille et pressée, d'ail, d'échalotes, de jambon, de foies et de gésiers hachés, et liée aux jaunes d'œufs.
- Pocher dans un excellent fond blanc de volaille. Servir avec carottes, navets, poireaux, pommes de terre, chou de Milan pochés dans la cuisson, et tranches de pain de campagne séchées au four.



Suprême de volaille farci Renaissance



POULETS SAUTÉS CHASSEUR

Morceaux de poulet «sautés à brun» (revenus avec une belle coloration dorée). La sauce est réalisée par déglaçage à partir de cognac, de vin blanc réduit et de fond brun de volaille légèrement lié. La sauce comporte aussi des échalotes ciselées, des champignons de Paris, du cerfeuil et de l'estragon haché.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes rissolées (noisettes, cocotte, parisienne, château, Parmentier) ; pommes sautées à cru, miettes ; pommes Anna, Darphin, paillasson.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- poulets labellisés (P.A.C.) (2 x 1,200 à 1,400 kg)	kg	2,400 à 2,800		
- farine	kg	0,100		
- beurre	kg	0,080		
ou				
- huile et	l	0,04		
beurre	kg	0,040		
Fond brun de volaille				
- carcasses et abattis	kg	PM		
- carottes	kg	0,100		
- oignons	kg	0,100		
- fond brun de veau lié	l	1		
- concentré de tomate	kg	0,020		
- ail	gousse	2		
- bouquet garni	pièce	PM		
Sauce				
- échalotes grises (2 pièces)	kg	0,050		
- champignons de Paris	kg	0,250		
- cognac	l	0,05		
- vin blanc sec	l	0,10		
- fond brun de volaille lié et tomaté	l	PM		
- beurre	kg	0,020		
- estragon	botte	1/5		
- cerfeuil	botte	1/5		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 25 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : Ailes / Cuisses			*8 à 12 min* / *15 à 18 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 408/409)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller et découper les volailles à cru - 30 min
(voir p. 237/240 et 246/248)

3. Marquer un fond brun de volaille lié et tomaté avec les carcasses et les abattis - 10 min *(voir p. 260/261)*

4. Préparer les légumes - 10 min
- Réserver le cerfeuil et l'estragon au frais dans un petit bahut avec de l'eau.
- Eplucher et réserver les champignons au frais.
- Eplucher, laver et ciseler finement les échalotes.
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil.

5. Marquer le poulet sauté en cuisson - 10 min
- Saler, poivrer et fariner les morceaux de poulet.
- Faire chauffer du beurre dans un sautoir.
- Disposer les quarts de poulet, côté peau en premier, et les laisser colorer doucement pendant quelques minutes.
- Retourner les morceaux et laisser colorer l'autre face.
- Couvrir le sautoir et terminer la cuisson au four durant une quinzaine de minutes (retirer les ailes quelques minutes avant les cuisses).

6. Réaliser la sauce du poulet sauté - 10 min
- Laver soigneusement et émincer les champignons.
- S'assurer de la cuisson des quarts de poulet, les débarrasser et les maintenir au chaud.
- Ajouter les champignons émincés dans le récipient de cuisson et les faire sauter durant 1 à 2 min.
- Dégraisser et ajouter les échalotes ciselées, puis les laisser suer doucement.
- Flamber avec le cognac.
- Déglacer avec le vin blanc et le laisser réduire.
- Ajouter le fond brun de volaille et laisser réduire doucement la sauce pendant quelques minutes.

7. Terminer la sauce chasseur - 5 min
- Laver, effeuiller et hacher le cerfeuil et l'estragon.
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement, puis monter la sauce au beurre hors du feu.
- Ajouter la moitié du cerfeuil et de l'estragon haché.
- Placer les morceaux de poulet sur la sauce et les maintenir au chaud (la sauce ne doit pas bouillir).

8. Dresser le poulet sauté chasseur - 5 min
- Dresser le poulet sauté en dirigeant les manches des ailes et des pilons vers le centre du plat.
- Napper uniformément avec la sauce.
- Saupoudrer avec le reste des fines herbes hachées.



Poulets sautés chasseur

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 calotte moyenne
- 1 planche à découper
- 2 petites calottes

Matériel de cuisson :

- 1 grand sautoir
  ou
- 1 grande sauteuse
  ou
- 1 petit rondeau avec couvercle
- 1 sauteuse moyenne
  ou
- 1 russe pour le fond de volaille

Matériel de dressage :

- légumiers ou cocottes (bi-métal)
- dessous de plats ronds
- papier gaufré rond

POULET SAUTÉ FAÇON BASQUAISE

1. Habiller, découper les poulets à cru

2. Marquer un fond brun de volaille légèrement lié et tomaté (comme il est indiqué pour le «poulet sauté chasseur»).

3. Préparer la garniture basquaise

- Eplucher, laver et émincer finement 0,250 kg d'oignons.
- Monder, épépiner et concasser 0,600 kg de tomates.
- Monder, épépiner et tailler 0,400 kg de piments d'Espelette en grosse julienne (à défaut, utiliser des poivrons doux verts et rouges).
- Eplucher, laver et dégermer 4 gousses d'ail. Confectionner un petit bouquet garni avec une dominante en thym.
- Tailler une tranche épaisse de jambon de Bayonne* en lardons (en gardant de préférence le gras), les blanchir départ eau froide.

4. Réaliser la garniture basquaise

- Chauffer 0,05 l d'huile d'olive dans une sauteuse, y ajouter le jambon de Bayonne, le faire revenir légèrement.
- Adjoindre les oignons, les laisser pincer.
- Ajouter les piments, la tomate concassée, l'ail, le bouquet garni et l'assaisonnement.
- Cuire la garniture basquaise jusqu'à l'évaporation complète de l'eau de constitution des légumes.

5. Marquer le poulet sauté en cuisson

- Observer les mêmes précautions que pour le «poulet sauté chasseur». Débarrasser les ailes en premier.

6. Terminer la sauce du poulet

- S'assurer de sa cuisson et débarrasser les morceaux.
- Dégraisser le récipient de cuisson.
- Déglacer avec 0,10 l de vin blanc et le laisser réduire des 3/4.
- Ajouter le fond brun de volaille et le laisser réduire à nouveau.
- Adjoindre la garniture basquaise et laisser mijoter durant quelques minutes.
- Placer les morceaux de poulet sur la garniture afin de les parfumer et de les remettre en température.

** Certains professionnels n'ajoutent pas de jambon de Bayonne à cette préparation.*

REMARQUE : La garniture basquaise peut être utilisée pour la réalisation des omelettes plates à l'espagnole et des œufs à la piperade.

PLATS SIMILAIRES

Poulet sauté Duroc

- Même préparation que chasseur (le fond brun de volaille doit être un peu plus tomaté).
- Disposer un bouquet de fondue de tomates sur chaque morceau.
- Servir avec des pommes cocotte.

Poulet sauté bourguignonne

- Sauter le poulet à brun puis le débarrasser.
- Suer des échalotes ciselées dans le récipient de cuisson, ajouter une pointe d'ail et déglacer avec du vin rouge.
- Réduire puis mouiller avec du fond brun de volaille lié et corsé.
- Garnir de petits oignons glacés à brun, de lardons et de champignons sautés, parsemer de persil haché.

Poulet sauté Marengo

- Poulet sauté à brun et à l'huile.
- Déglacer au vin blanc, réduire, ajouter de la demi-glace de volaille, de la tomate concassée et une pointe d'ail.
- Garnir de champignons sautés, de lames de truffes, d'écrevisses troussées, d'œufs frits et de croûtons en cœur sautés au beurre clarifié, parsemer de persil haché.

Poulet sauté Champeaux

- Poulet sauté à brun.
- Déglacer au vin blanc, laisser réduire.
- Ajouter du fond brun de volaille corsé, monter au beurre.
- Garnir de petits oignons glacés à brun et de pommes cocotte.



Poulet sauté façon basquaise



POULETS SAUTÉS FAÇON VALLÉE D'AUGE

Morceaux de poulet sautés à blanc (juste raidis avec une très légère coloration blonde) et flambés au calvados. La sauce est réalisée à partir de cidre réduit, de fond blanc de volaille et de crème. La garniture comporte des petits oignons glacés à blanc, des champignons de Paris cuits à blanc et des quartiers de pommes reinettes sautés.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : riz pilaf ou créole ; tagliatelles ou fettucines au beurre.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- poulets labellisés (P.A.C.) (2 x 1,200 à 1,400 kg)	kg	2,400 à 2,800		
- farine	kg	0,100		
- beurre	kg	0,080		
Fond blanc de volaille				
- carcasses et abattis	kg	PM		
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- clous de girofle	pièce	2		
- céléri en branches	kg	0,100		
- blancs de poireaux	kg	0,200		
- bouquet garni	pièce	1		
Sauce				
- échalotes grises de Jersey (2 pièces)	kg	0,050		
- pommes	kg	PM		
- calvados	l	0,05		
- cidre sec	l	0,20		
- fond blanc de volaille	l	0,50		
- velouté de volaille (facultatif)	l	0,20		
- crème épaisse	l	0,30		
- beurre	kg	0,020		
Garniture				
- pommes (reine des reinettes ou calville blanche)	kg	1,600		
- citron	kg	0,100		
- beurre	kg	0,100		
- sucre	kg	0,100		
- petits oignons	kg	0,200		
- beurre	kg	0,020		
- sucre	kg	0,010		
- champignons de Paris	kg	0,200		
- beurre	kg	0,020		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre blanc		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 50 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : Ailes / Cuisses			*8 à 12 min* / *15 à 18 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 406/407)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller et découper les volailles à cru - 30 min *(voir p. 237/240 et 246/248)*

3. Réaliser un fond blanc de volaille avec les carcasses et les abattis - 15 min *(voir p. 264/266)*
- Le mouiller si possible avec un autre fond blanc de manière à obtenir un fond très sapide et corsé ou avec un fond blanc déshydraté.

4. Marquer le poulet sauté en cuisson - 10 min
- Saler, poivrer et fariner les morceaux de poulet.
- Faire blondir très légèrement le beurre dans un rondeau.
- Disposer les morceaux de volaille côté peau en premier et les faire raidir très lentement.
- Retourner les morceaux et laisser blondir l'autre face.
- Couvrir le récipient et terminer la cuisson au four durant une quinzaine de minutes (retirer les ailes quelques minutes avant les cuisses).

5. Préparer la garniture - 20 min
- Eplucher, laver et glacer les petits oignons à blanc *(voir p. 395).*
- Eplucher, laver, escaloper et cuire les champignons à blanc *(voir p. 390).*
- Eplucher, laver et ciseler finement les échalotes.
- Eplucher, évider et citronner les pommes.
- Les détailler en tranches régulières d'1 cm d'épaisseur.
- **Tailler les parures en brunoise, les réserver pour la sauce.**

6. Sauter les tranches de pommes - 10 min
- Les sauter au beurre noisette, les caraméliser légèrement et les maintenir fermes. Les réserver au chaud.

7. Réaliser la sauce - 15 min
- S'assurer de la cuisson des morceaux de poulet, les débarrasser et les maintenir au chaud.
- Dégraisser partiellement le récipient de cuisson.
- Ajouter les échalotes grises ciselées et la brunoise de pommes.
- Suer l'ensemble durant quelques minutes.
- Flamber avec le calvados.
- Déglacer avec le cidre sec et le laisser réduire des 2/3.
- Ajouter le fond blanc de volaille corsé, un peu de la cuisson des champignons et la crème.
- Réduire à nouveau de manière à obtenir une consistance nappante.
- Passer la sauce au chinois étamine en foulant fortement.
- Monter la sauce au beurre en la vannant légèrement (pour un banquet, il est possible de stabiliser la sauce avec un peu de velouté de volaille).
- Vérifier l'assaisonnement.
- Verser la sauce sur les morceaux.

8. Dresser - 5 min
- Disposer les morceaux de poulet en dirigeant les manches des ailes et des pilons vers le centre du plat.
- Festonner le bord du plat avec les tranches de pommes sautées.
- Répartir uniformément la garniture sur les morceaux de volaille.
- Napper soigneusement.



Poulets sautés façon vallée d'Auge

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 calotte moyenne
- 1 petit bain-marie
- 1 planche à découper
- 2 petites calottes
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 rondeau plat avec couvercle
- 1 russe
  ou
- 1 grande sauteuse pour le fond blanc
- 2 petites sauteuses
- 1 poêle ronde antiadhésive

Matériel de dressage :

- légumiers ou plats sabot
- dessous de plats
- papier gaufré

POULET SAUTÉ AU PAPRIKA

1. Habiller et découper les poulets à cru

2. Marquer un fond brun de volaille légèrement lié et corsé

3. Marquer les morceaux de poulet en cuisson

- Saler, poivrer et passer les morceaux dans un mélange de farine et de paprika.
- Les faire raidir au beurre avec une légère coloration blonde.
- Terminer la cuisson à couvert et de préférence au four.

4. Réaliser la sauce au paprika

- S'assurer de la cuisson des morceaux de poulet.
- Les débarrasser et les maintenir au chaud.
- Dégraisser partiellement le récipient de cuisson.
- Y ajouter 0,200 kg d'oignons finement ciselés et les laisser suer durant quelques minutes.
- Déglacer avec 0,10 l de vin blanc et le réduire des 2/3.
- Ajouter 0,5 l de fond brun de volaille légèrement lié et corsé, 0,20 l de crème épaisse et un peu de paprika doux très parfumé.
- Laisser réduire de manière à obtenir une consistance nappante.
- Passer la sauce au chinois étamine en foulant fortement.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Monter légèrement la sauce au beurre en la vannant.
- Napper uniformément les morceaux.
- Servir avec un riz pilaf additionné d'une brunoise de poivrons (des 3 couleurs) étuvés au beurre.

PLATS SIMILAIRES

Poulet sauté aux morilles

- Poulet sauté avec une légère coloration blonde.
- Etuver les morilles dans le récipient de cuisson avec des échalotes ciselées. Déglacer avec un peu de porto ou de madère, réduire. Ajouter du fond brun de volaille corsé ou de la glace blonde de volaille. Crémer, réduire, napper.

Poulet sauté Bagatelle

- Poulet sauté à blanc.
- Déglacer le récipient de cuisson avec du madère, de la crème et de la glace blonde de volaille. Garnir avec des carottes tournées et glacées, et des pointes d'asperges étuvées au beurre.

Poulet sauté à l'estragon

- Poulet sauté avec une légère coloration blonde.
- Déglacer avec du vin blanc, réduire, ajouter un fond brun de volaille corsé, de la crème et de l'estragon fraîchement haché. Décorer les morceaux avec des feuilles d'estragon blanchies.

Poulet sauté George Sand

- Poulet sauté à blanc.
- Déglacer avec de la crème, ajouter de la glace blonde de volaille, et du coulis d'écrevisses ou de la sauce nantua. Monter au beurre d'écrevisse. Garnir de queues d'écrevisses et de lames de truffes.



Poulet sauté au paprika



POULETS RÔTIS

Poulets cuits au four, servis avec le jus de rôti obtenu en déglaçant les sucs de cuisson, et un bouquet de cresson.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes sèches traitées à la friture ; petits pois au lard, paysanne ; gratin de choux-fleurs, de macaronis ; pommes bonne-femme, berrichonne, grand-mère, forestière ; subrics d'épinards, de maïs, poivrons et salsifis sautés.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- poulets labellisés effilés (2 x 1,400 à 1,500 kg)	kg	2,800 à 3,000		
- beurre	kg	0,040		
ou				
- huile d'arachide	l	0,04		
Jus de rôti				
- carottes	kg	0,080		
- oignons	kg	0,080		
- thym, laurier	kg	PM		
- fond brun de volaille non lié (clair) (facultatif)	l	0,50		
ou				
- eau	l	0,50		
Finition				
- beurre	kg	0,040		
- cresson	botte	1/2		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 25 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*50 min à 1 h*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 439/442)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller les poulets - 25 min *(voir p. 237/245)*
- Etirer, flamber et éliminer le reste des duvets.
- Parer, vider et brider (pattes allongées, protégées par du papier aluminium).
- Préparer les abattis et réserver les foies pour une autre utilisation.

3. Marquer les poulets en cuisson - 10 min
- Saler et poivrer intérieurement et extérieurement les poulets.
- Disposer les poulets sur le côté, sur une plaque à rôtir de grandeur appropriée.
- Placer autour les abattis concassés.
- Arroser les poulets de beurre fondu ou d'huile.
- Rôtir au four à 200 °C pendant 45 à 50 min environ pour des poulets de 1,400 kg* (cuire les poulets durant 15 min sur un côté puis les retourner sur l'autre côté et les cuire à nouveau 15 autres min).
- Placer les poulets sur le dos et terminer leur cuisson en les arrosant fréquemment.

4. Préparer les légumes - 30 min
- Eplucher les carottes et les oignons de la garniture aromatique et les tailler en petits dés (fine mirepoix).
- Laver, trier et équeuter le cresson, le réserver au frais sur une plaque avec un peu d'eau *(voir p. 88/89).*

5. Confectionner le jus de rôti - 10 min
- Sortir les poulets du four et s'assurer de leur cuisson (le jus qui s'écoule de l'intérieur doit être limpide et ne doit pas présenter de traces sanguinolentes).
- Réserver les poulets au chaud sur une plaque à débarrasser.
- Mettre la garniture aromatique dans la plaque de cuisson et faire pincer les sucs si nécessaire.
- Dégraisser et déglacer avec de l'eau (ou éventuellement du fond brun de volaille **non lié**).
- Ajouter éventuellement un fragment de feuille de laurier et une brindille de thym.
- Laisser réduire puis vérifier l'assaisonnement.
- Passer le jus de rôti au chinois étamine, le réserver au chaud et à couvert au bain-marie.

6. Dresser les poulets rôtis - 5 min
- Débrider le poulet et le placer sur le dos sur le plat de service.
- Placer le plat à l'entrée d'un four très chaud durant 1 à 2 min.
- Verser un peu de jus de rôti au fond du plat (pas sur le poulet).
- L'arroser avec le beurre noisette.
- Disposer un bouquet de cresson bien égoutté, les tiges raccourcies à l'arrière du poulet.
- Dresser le reste de jus de rôti en saucière.
- Dresser la garniture à part.

** 55 min à 1 h pour des poulets de 1,500 kg.*

***REMARQUE :** Certains professionnels précuisent les très grosses volailles par pochage dans un fond blanc de volaille corsé avant de les rôtir (chapons, dindes). En règle générale, les très grosses volailles sont pochées durant une trentaine de minutes puis égouttées soigneusement. La cuisson est terminée lentement dans un four à + 180/200 °C. Le jus de rôti est réalisé par déglaçage avec le fond blanc de pochage.*



Poulet rôti

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 calotte moyenne
- 1 petite calotte
- 1 chinois étamine
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :

- 1 plaque à rôtir
- 1 petite poêle

Matériel de dressage :

- grands plats ovales
- saucières
- dessous de saucières
- papier gaufré rond

CAILLES RÔTIES FARCIES AU FOIE GRAS ET AUX RAISINS

1. Habiller 8 cailles de 0,350 kg chacune
- Les désosser par le bréchet sans les ouvrir.
- Réserver les os et les abattis pour le jus de rôti.

2. Parer et déveiner un lobe de foie gras de 0,300 kg
- Le séparer en huit morceaux réguliers.
- Assaisonner les morceaux et les mettre à macérer avec un peu de porto et quelques parures de truffes.
- Filmer hermétiquement et réserver.

3. Réaliser la farce mousseline de volaille truffée
- Utiliser un beau blanc de poulet, un demi-blanc d'œuf, 0,10 l de crème et 0,020 kg de pelures de truffes hachées.

4. Farcir les cailles
- Les assaisonner à l'intérieur, introduire le 8ème de la farce et un morceau de foie gras.
- Refermer l'ouverture en rabattant la peau du cou.
- Envelopper chaque caille dans un petit morceau de crépine de porc et la maintenir avec deux tours de ficelle.

5. Préparer les raisins
- Monder et épépiner 0,800 kg de raisin à gros grains.
- Les citronner légèrement, les arroser de porto et les réserver.

6. Rôtir les cailles
- Les assaisonner et les faire revenir sur toutes les faces dans un sautoir avec 0,040 kg de beurre et un peu d'huile.
- Disposer les os et les abattis tout autour.
- Rôtir à 220/230 °C durant une douzaine de minutes.
- Les arroser avec le beurre et les retourner durant la cuisson.
- Contrôler la cuisson, dégraisser et les flamber avec 0,04 l de cognac ou d'armagnac.
- Les débarrasser et les réserver au chaud.

7. Réaliser le jus de rôti
- Déglacer le sautoir avec le jus de macération des grains de raisin et le laisser réduire.
- Ajouter 0,50 l de fond brun de volaille très légèrement lié.
- Réduire de moitié et vérifier l'assaisonnement.
- Passer le jus de rôti au chinois étamine sur les grains de raisin.
- Les laisser chauffer sans bouillir durant quelques minutes.

8. Dresser les cailles
- Les débrider, enlever toutes les traces de crépine.
- Les disposer sur un plat de service ou sur les assiettes.
- Les entourer avec les grains de raisin.
- Napper sans excès avec le jus de rôti et disposer un petit bouquet de cresson à l'arrière des cailles.

REMARQUE : Les cailles peuvent être dressées dans des nids réalisés en pommes paille ou gaufrettes (voir p. 130/131).

PLATS SIMILAIRES

Dinde farcie aux marrons
- Dinde rôtie farcie d'une farce fine de volaille additionnée de Duxelles sèche de champignons des bois et de brisures de marrons.
- Servir avec des marrons braisés au consommé de volaille et des croquettes de marrons (moitié pommes Duchesse, moitié purée de marrons).

Coquelets rôtis polonaise
- Fendre par le dos comme pour griller.
- Rôtir vivement, parsemer d'œuf dur haché et de mie de pain frite au beurre noisette. Saupoudrer de persil haché.

Oie farcie aux pommes douces
- Oie farcie avec une farce à base de mie de pain trempée dans du lait, de foies, gésiers et cœurs de volaille sautés, d'échalotes ciselées, de fines herbes hachées, de raisins secs, de pruneaux, d'œufs et de calvados. Servir avec des pommes douces cuites autour de l'oie et ajoutées en fin de cuisson.

Poulet rôti en croûte de sel
- Enrober le poulet d'une épaisse «gangue» de pâte de sel composée de 0,500 kg de gros sel non traité, 0,200 kg de farine, 4 blancs d'œufs et quelques fragments de thym et de laurier.

Chapon rôti forestière
- Pocher le chapon durant 30 min dans un fond blanc de volaille corsé. L'égoutter et terminer la cuisson au four à 180/200 °C durant 1 h 30 environ pour un chapon de 2 à 2,200 kg. L'accompagner de cèpes et de champignons sautés ou de morilles, de lardons et de pommes taillées en dés et rissolées.



Caille rôtie farcie au foie gras et aux raisins



PINTADEAUX RÔTIS SUR CANAPÉS

Pintadeaux rôtis au four, disposés sur des canapés de pain de mie frits garnis ou masqués d'une farce à gratin préparée avec les foies des volailles et accompagnés de jus de rôti obtenu en déglaçant les sucs de cuisson.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes sèches traitées à la friture (gaufrettes, mignonnette, collerettes, chatouillard ; pommes fruits, champignons sauvages sautés ; choux, endives braisées.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- pintadeaux (4 x 0,600 kg ou 2 x 1,200 kg)	kg	2,400		
- barde de lard gras	kg	0,160		
- beurre	kg	0,040		
ou				
- huile d'arachide	l	0,04		
Jus de rôti				
- carottes	kg	0,080		
- oignons	kg	0,080		
- thym, laurier	kg	PM		
- fond brun de volaille non lié (facultatif)	l	0,50		
ou				
- eau	l	0,50		
Finition				
- beurre	kg	0,040		
- cresson	botte	1/2		
Canapés				
- pain de mie	kg	0,400		
- huile d'arachide	l	0,04		
- beurre	kg	0,040		
Farce à gratin				
- lard gras	kg	0,100		
- foies de volaille	kg	0,200		
- échalotes	kg	0,020		
- cognac	l	0,04		
- beurre	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	

DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION	***1 h 30 min***
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : Pour un pintadeau de 1,200 kg	***45 à 50 min***

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 439/442)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller, brider et barder les pintadeaux - 30 min *(voir p. 237/245)*
- Etirer, flamber et éliminer le reste des duvets.
- Flamber les pattes et retirer la peau écailleuse qui les recouvre ; les parer et ne conserver que le doigt du milieu, puis supprimer l'ongle.
- Protéger les pattes en les enveloppant dans du papier aluminium.
- Parer les ailerons ; vider et brider les pintadeaux.
- Barder la poitrine afin de la protéger durant la cuisson.
- Préparer les abattis et réserver les foies pour la farce à gratin.
- Réserver les pintadeaux et les abattis en enceinte réfrigérée.

3. Eplucher, laver et tailler les légumes - 15 min
- Laver, trier, équeuter le cresson et le réserver au frais dans une plaque à débarrasser avec un peu d'eau *(voir p. 89).*
- Eplucher et laver les carottes, les oignons et les échalotes.
- Tailler les carottes et les oignons de la garniture aromatique en fine mirepoix.
- Ciseler finement les échalotes.

4. Marquer les pintadeaux en cuisson - 5 min *(voir p. 441/442)*
- Saler et poivrer intérieurement et extérieurement les pintadeaux.
- Disposer les pintadeaux sur le côté, sur une plaque à rôtir de grandeur appropriée.
- Placer autour les abattis concassés.
- Arroser les pintadeaux de beurre fondu ou d'huile.
- Rôtir au four à 200 °C durant environ 30 min pour des pintadeaux de 0,600 kg, et 45 à 50 min pour des pintadeaux de 1,200 kg (cuire les pintadeaux durant 10 min sur un côté, puis les retourner sur l'autre côté et les cuire à nouveau 10 min).
- Placer les pintadeaux sur le dos, ôter la barde et la réserver puis terminer la cuisson en les arrosant fréquemment.

5. Confectionner les canapés - 15 min *(voir p. 344)*

6. Confectionner la farce à gratin - 10 min *(voir p. 330)*
(Il est possible d'y ajouter un peu de foie gras).

7. Confectionner le jus de rôti - 5 min *(idem fiche précédente)*
- Les sucs peuvent être déglacés avec du fond brun de volaille **non lié (clair)** ou avec de l'eau afin de préserver la saveur spécifique des pintadeaux.

8. Dresser les pintadeaux - 5 min
- Masquer les canapés de farce à gratin, les tenir au chaud.
- Débrider les pintadeaux et les remettre au four durant 1 à 2 min.
- Disposer les pintadeaux sur les canapés et replacer les bardes de lard.
- Verser un peu de jus de rôti au fond du plat, puis arroser les pintadeaux de beurre noisette.
- Disposer 1 ou 2 bouquets de cresson soit à l'arrière des pintadeaux, soit aux extrémités du plat.
- Dresser le reste du jus en saucière.


Pintadeaux rôtis sur canapés

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 calotte moyenne
- 1 tamis ou 1 mixeur
- 1 petit bain-marie
- 1 planche à découper
- 1 petite calotte
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 plaque à rôtir
- 1 petite sauteuse
- 1 petite poêle ronde

Matériel de dressage :

- grands plats ovales
- saucières
- dessous de saucières

SALMIS DE POULES FAISANES

(Peut être réalisé avec canetons, pintadeaux)...

1. Habiller, brider et barder soigneusement les poules faisanes

2. Rôtir les poules faisanes

- Les rôtir dans un four très chaud (250 °C) durant environ 20 à 25 min. Les maintenir un peu saignantes («vert cuit»).

3. Débrider et découper les faisanes en quartiers

- Les découper soigneusement, parer les ailes et les cuisses, manchonner, ôter la peau et le maximum de carcasses.
- Ranger les morceaux ainsi parés dans une sauteuse beurrée avec un peu de cognac flambé, du jus de truffe et quelques cuillerées de glace de viande blonde et fondue.
- Couvrir hermétiquement la sauteuse et réserver au chaud.

4. Réaliser la sauce salmis

- Concasser et broyer les carcasses, la peau et toutes les parures.
- Les faire revenir au beurre et y ajouter une fine mirepoix composée de 0,100 kg de carottes, 0,100 kg d'oignons et 0,080 kg d'échalotes.
- Déglacer avec 0,50 l de vin blanc sec, ajouter quelques grains de poivre écrasés et laisser réduire des 2/3.
- Compléter le mouillement avec 0,80 l de sauce demi-glace ou de sauce espagnole peu liée et réalisée à base de parures de gibiers à plumes.
- Laisser cuire lentement durant une vingtaine de minutes.
- Passer la sauce au chinois en foulant fortement.
- La laisser réduire à nouveau, la détendre si nécessaire avec un peu de jus de truffes ou de cuisson de champignons.
- Ecumer et dépouiller soigneusement.
- Monter la sauce avec 0,040 kg de beurre.
- Vérifier l'assaisonnement et verser la sauce sur les morceaux.
- Dresser et garnir de 8 têtes de champignons tournées et sautées et de 8 belles lamelles de truffes.

REMARQUE : *Certains professionnels finissent la sauce en lui incorporant un peu de foie gras passé au tamis et un peu de porto. D'autres ajoutent des croûtons de pain de mie frits au beurre clarifié et masqués de farce à gratin ou de foie gras. Selon l'oiseau choisi, il est possible d'utiliser du vin rouge à la place du vin blanc.*

PLATS SIMILAIRES

Cailles rôties sur canapés

- Procéder de même, bien protéger la poitrine avec une barde de lard gras ou des feuilles de vigne, compter environ 10 à 15 min de cuisson dans un four très chaud.

Pigeonneaux rôtis sur canapés

- Observer les mêmes précautions que ci-dessus, compter environ 5 min de plus en cuisson (pour les pigeonneaux de plus de 0,400 kg, préférer la technique du poêlage).

REMARQUES :

- *Surveiller attentivement la cuisson des gibiers à plumes, une surcuisson entraîne inévitablement le dessèchement de l'oiseau. Piquer à l'aide d'une aiguille à brider dans la jointure de la cuisse et du gras de cuisse, le jus qui s'échappe doit être encore légèrement rosé «à la goutte de sang».*
- *Seuls les animaux jeunes peuvent être rôtis.*
- *Il est fréquent de les flamber en fin de cuisson avec du cognac ou de l'armagnac.*


Salmis de poules faisanes



POULETS COCOTTE GRAND-MÈRE

Poulets cuits «à l'étouffée» dans une cocotte hermétiquement fermée, servis avec une garniture de lardons, de petits oignons glacés à brun, de champignons sautés et de pommes cocotte.
Le fond de poêlage est réalisé à partir de vin blanc réduit et de fond brun de volaille peu lié et corsé.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- poulets labellisés 4/4 (2 x 1,200 à 1,400 kg)	kg	2,400 à 2,800		
- beurre	kg	0,040		
Fond de poêlage				
- carottes	kg	0,100		
- oignons	kg	0,100		
- vin blanc	l	0,10		
- fond brun de volaille très légèrement lié et corsé	l	0,40		
ou				
- fond brun de veau légèrement lié	l	0,40		
Garniture				
- poitrine de porc demi-sel	kg	0,250		
- champignons de Paris	kg	0,250		
- huile d'arachide	l	0,02		
- petits oignons	kg	0,250		
- beurre	kg	0,020		
- sucre	kg	PM		
- pommes de terre à chair ferme	kg	2		
- huile	l	0,08		
- beurre	kg	0,040		
Finition				
- beurre	kg	0,040		
- persil	kg	PM		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*2 h*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*50 à 55 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller les poulets - 20 min *(voir p. 237/240)*

3. Brider les poulets en entrée - 5 min *(voir p. 241/242)*

4. Préparer les légumes - 30 min
- Eplucher et réserver les champignons au frais.
- Eplucher, laver et tourner les pommes cocotte, puis les réserver dans un bahut avec de l'eau.
- Eplucher et laver les oignons et les carottes de la garniture aromatique, puis les émincer.
- Eplucher et laver les petits oignons.
- Laver et équeuter le persil.

5. Marquer les poulets en cuisson - 10 min
- Saler et poivrer les poulets intérieurement et extérieurement.
- Faire blondir lentement le beurre dans un récipient creux de grandeur appropriée (en aucun cas le beurre ne doit brûler).
- Disposer les poulets sur le côté, les laisser légèrement colorer, puis les retourner pour colorer l'autre face.
- Placer les poulets sur le dos.
- Ajouter la garniture aromatique.
- Couvrir le récipient, puis cuire les poulets au four à 200 °C durant 40 à 45 min en les arrosant fréquemment.
- Oter le couvercle 10 min avant la fin de la cuisson des poulets pour terminer la coloration et la cuisson.

6. Marquer la garniture en cuisson - 15 min *(voir p. 397)*
- Cuire les petits oignons par glaçage à brun.
- Eliminer la couenne et détailler la poitrine de porc en petits lardons.
- Les blanchir puis les sauter à l'huile dans une petite poêle sans les dessécher.
- Laver soigneusement et escaloper les champignons.
- Les sauter vivement dans la graisse de fonte des lardons.
- Les égoutter puis les réserver avec les lardons.
- Blanchir les pommes cocotte (départ eau froide).

7. Rissoler les pommes cocotte - 10 min *(voir p. 418)*
- Les saisir à l'huile dans un grand sautoir, puis terminer la cuisson au four à 240 °C.
- Les égoutter, puis ajouter le beurre cru en parcelles et saler légèrement.

8. Confectionner le fond de poêlage - 15 min *(voir p. 446/447)*
- S'assurer de la cuisson des poulets (le jus qui s'écoule de l'intérieur doit être limpide et ne présenter aucune trace sanguinolente).
- Réserver les poulets au chaud à couvert.
- Faire pincer les sucs si nécessaire.
- Déglacer avec le vin blanc et laisser réduire.
- Ajouter le fond brun de volaille légèrement lié et laisser réduire le fond de poêlage durant une dizaine de minutes.
- Vérifier l'assaisonnement et le passer au chinois étamine dans un petit bain à sauce.
- Dégraisser soigneusement le fond de poêlage.
- Le réserver à couvert au bain-marie.

9. Concasser, hacher et essorer le persil - 5 min

10. Dresser les poulets cocotte grand-mère - 5 min
- Verser un peu de fond de poêlage au fond de la cocotte.
- Placer le poulet débridé sur le dos dans la cocotte.
- Chauffer la garniture en la faisant sauter dans une poêle avec du beurre, puis la répartir uniformément autour du poulet.
- Saupoudrer sans excès la garniture de persil haché.
- Dresser le reste du fond de poêlage en saucière.



Poulet cocotte grand-mère

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 calotte moyenne
- 1 passoire
- 1 petit bain-marie
- 1 planche à découper
- 2 petites calottes
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 cocotte ovale avec couvercle ou 1 petit rondeau
- 1 grande sauteuse
- 1 poêle ronde
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- cocottes ovales (bi-métal)
- dessous de plats ovales
- saucières
- dessous de saucières
- papier gaufré

POULE FAISANE EN COCOTTE SOUVAROFF

La veille :

- Enfermer hermétiquement dans un bocal (ou placer sous vide) un beau lobe de foie gras paré, déveiné et assaisonné avec des truffes fraîches, du madère, du porto et de la glace blonde de viande pas trop réduite.
- Placer le récipient en enceinte réfrigérée.

Le lendemain :

- Pocher les truffes durant quelques minutes (5 à 8 selon leur grosseur) dans la marinade.
- Les débarrasser et les réserver à couvert dans une cocotte.
- Pocher rapidement le lobe de foie gras dans la cuisson des truffes, puis l'égoutter.

1. Préparer la poule faisane

- L'habiller, puis la farcir avec le foie gras.
- La brider, puis la barder.

2. Marquer la poule faisane en cuisson

- La faire rissoler au beurre, puis la poêler sur une garniture aromatique.
- La débarrasser aux deux tiers de sa cuisson.
- La débrider, ôter la barde de lard et la placer dans la cocotte avec les truffes.

3. Réaliser le fond de poêlage

- Déglacer le récipient avec le reste de la marinade (cuisson des truffes et du foie gras).
- Compléter le mouillement avec un excellent fond brun de gibier légèrement lié (ou à défaut de volaille).
- Verser le fond de poêlage dans la cocotte.

4. Terminer la cuisson de la poule faisane

- Luter hermétiquement la cocotte au repère ou avec des parures de feuilletage.
- Placer la cocotte dans un four très chaud (240 °C) durant une quinzaine de minutes de manière à obtenir simultanément la fin de la cuisson de la poule faisane, des truffes et du foie gras.
- Servir dans la cocotte de cuisson et l'ouvrir devant les clients.

PLATS SIMILAIRES

Poulet poêlé niçoise

- Poulet poêlé comme ci-contre.
- Garnir avec des petites tomates mondées et étuvées, des bouquets de haricots verts et des pommes château *(voir p. 418)*.

Poulet poêlé forestière

- Garnir le poulet poêlé de morilles, de lardons et de pommes Parmentier (pommes de terre taillées en dés et rissolées).

Poulet poêlé Armenonville

- Poulet poêlé comme ci-contre.
- Servir avec des petits fonds d'artichauts garnis de fondue de tomates, de bouquets de haricots verts au beurre et des pommes cocotte.



Suprême de volaille poêlée Armenonville



RÂBLE DE LAPEREAU FARCI, CHAMPIGNONS SAUVAGES À LA CRÈME

Partie dorsale du lapereau garnie de farce de volaille moelleuse et cuite à couvert sur une garniture aromatique. Le fond de poêlage est réalisé à partir de fond brun de lapereau légèrement crémé et additionné de champignons sauvages. Suggestions de garnitures d'accompagnement : tagliatelles au beurre, pommes rissolées, macaire, purée de céleri, de potimarron, petits pois à la française, bonne-femme.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- râbles de lapin (4 x 0,400 kg)	kg	1,600		
- crépine de porc	kg	0,200		
- beurre	kg	0,040		
Farce mousseline				
- blanc de volaille	kg	0,250		
- œuf (1/2 blanc)	kg	0,015		
- crème liquide	l	0,20		
- poivron rouge (1/2 pièce)	kg	0,100		
- poivron vert (1/2 pièce)	kg	0,100		
Fond de poêlage				
- carottes	kg	0,100		
- oignons	kg	0,100		
- vin blanc	l	0,04		
- fond brun de lapin corsé légèrement lié	l	PM		
- beurre	kg	0,020		
Fond de lapin				
- beurre	kg	0,020		
- os et parures de lapin	fg	PM		
- carottes	kg	0,050		
- oignons	kg	0,050		
- céleri en branches	kg	0,040		
- ail (1 belle gousse)	kg	0,010		
- tomate (1 pièce)	kg	0,100		
- bouquet garni avec romarin et sarriette	pièce	1		
- vin blanc sec	l	0,10		
- fond brun de volaille légèrement lié (déshydraté)	kg	0,060		
Garniture				
- girolles	kg	0,400		
- petits cèpes bouchons	kg	0,200		
- chanterelles	kg	0,100		
- trompettes de la mort	kg	0,100		
- échalotes	kg	0,020		
- porto	l	0,04		
- crème liquide	l	0,20		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			…… €	
Coût matières pour 1 couvert			…… €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*2 h 05 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*30 à 35 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Désosser les râbles - 20 min
- Les dégraisser. Enlever les rognons, les parer et les réserver (ils peuvent être replacés à l'intérieur de la farce).
- Désosser en prenant soin de ne pas séparer les filets.
- Raccourcir les panoufles.
- Les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Monder les poivrons - 5 min
- Les griller, enlever la peau et les tailler en lanières très régulières de 4 mm de section.
- Les blanchir fortement, les rafraîchir et les égoutter.

4. Réaliser la farce mousseline de volaille - 15 min *(voir p. 325/328)*

5. Farcir les râbles - 10 min
- Les ouvrir et les assaisonner, puis les masquer avec une couche fine de farce mousseline.
- Disposer les bâtonnets de poivrons en intercalant les couleurs et les masquer avec le reste de la farce.
- Refermer les râbles et leur donner la forme d'un cylindre régulier.
- Les envelopper dans un petit morceau de crépine de porc et les ficeler.

6. Eplucher, laver et tailler les légumes - 10 min
- Eplucher et laver les carottes, les oignons, le céleri, l'ail et le persil.
- Tailler les légumes en mirepoix. Réaliser un bouquet garni avec une petite branche de romarin et de sarriette.

7. Poêler les râbles - 10 min
- Les assaisonner puis les faire revenir avec le beurre dans une cocotte ou dans un petit rondeau. Ajouter la moitié des carottes et des oignons taillés en mirepoix et fermer hermétiquement le récipient.
- Cuire au four à 200 °C durant 30 à 35 min, les arroser durant la cuisson.

8. Marquer un fond brun de lapin - 10 min
- Rissoler les os et les parures, ajouter le reste de la garniture aromatique (carottes, oignons, céleri).
- Déglacer avec la moitié du vin blanc et le réduire des 3/4.
- Mouiller avec le fond brun de veau lié.
- Ajouter la tomate concassée, l'ail écrasé et le bouquet garni.
- Cuire lentement durant une trentaine de minutes.
- Dépouiller, écumer pendant la cuisson.
- Passer le fond au chinois étamine et le tamponner.
- Le réserver à couvert au bain-marie.

9. Préparer la garniture - 10 min
- Vérifier attentivement les champignons. Tailler les pieds, ôter les herbes sèches et les laver délicatement. Ne pas les laisser tremper et les égoutter immédiatement.
- Emincer les cèpes et partager les girolles si elles sont grosses.

10. Sauter les champignons - 10 min
- Les sauter au beurre dans une grande sauteuse.
- Ajouter les échalotes finement ciselées.
- Déglacer avec le porto et le faire réduire.
- Mouiller avec la crème et réduire la sauce jusqu'à la consistance nappante. Assaisonner.

11. Terminer la cuisson des râbles - 10 min
- S'assurer de leur cuisson, les débarrasser et les réserver.
- Pincer les sucs si nécessaire et dégraisser.
- Déglacer avec le reste du vin blanc et le laisser réduire.
- Ajouter le fond de lapin, réduire, vérifier la consistance et l'assaisonnement. Passer la sauce au chinois étamine.



Râble de lapereau farci, champignons sauvages à la crème

12. Glacer les râbles - 5 min
- Les déficeler et ôter les restes de crépine.
- Les glacer sous la salamandre en les arrosant sans discontinuer avec le fond de poêlage.

13. Terminer le fond de poêlage aux champignons - 3 min
- Verser le reste de fond de poêlage sur les champignons à la crème.
- Les laisser mijoter durant quelques secondes.

14. Dresser les râbles - 2 min
- Oter les entames, disposer les râbles en diagonale sur le plat de service.
- Disposer la garniture et la sauce tout autour.

PLATS SIMILAIRES

Arrière-train de lapereau aux herbes et à la moutarde

- Piquer l'arrière-train du lapereau avec de fins lardons de lard gras.
- L'assaisonner puis le badigeonner copieusement de moutarde à l'aide d'un pinceau. Le saupoudrer sans excès de fleur de thym et d'herbes de Provence.
- Le rôtir au four en l'arrosant généreusement de beurre fondu durant la cuisson.
- Le débarrasser, dégraisser le récipient.
- Déglacer avec du vin blanc et le réduire des 3/4.
- Ajouter de la crème épaisse, réduire à nouveau et assaisonner.
- Dresser l'arrière-train de lapereau et l'entourer avec la sauce.



Râble de lapereau farci à la moutarde à l'ancienne, tagliatelles tricolores

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 grandes calottes
- 1 chinois étamine
- 1 planche à découper
- 1 mixeur
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :

- 1 cocotte
  ou
- un petit rondeau plat avec couvercle
- 1 grande sauteuse
- 1 sauteuse moyenne

Matériel de dressage :

- grands plats sabots ou cocotte (bi-métal)
- dessous de plats longs
- papier gaufré

RÂBLE DE LAPEREAU FARCI À LA MOUTARDE À L'ANCIENNE, TAGLIATELLES TRICOLORES

1. Mettre en place le poste de travail

2. Désosser 4 râbles de 0,400 kg chacun
- Parer les panoufles et réserver les os pour le fond brun.

3. Réaliser une Duxelles de champignons sauvages
- Suer au beurre 0,040 kg d'échalotes ciselées avec 0,040 kg de beurre, ajouter 0,200 kg de girolles et 0,200 kg de trompettes finement hachées.
- Cuire jusqu'à évaporation complète de l'eau de végétation des champignons.
- Ajouter un peu de cerfeuil et de persil haché.
- Refroidir rapidement la Duxelles sèche.

4. Réaliser la farce mousseline *(voir ci-contre)*
- Lui ajouter la Duxelles de champignons.

5. Farcir les râbles *(voir ci-contre)*
- Les envelopper dans un petit morceau de crépine et les ficeler.

6. Poêler les râbles *(voir ci-contre)*

7. Réaliser le fond de lapin *(voir ci-contre)*

8. Réaliser le fond de poêlage à la moutarde de Meaux
- Débarrasser les râbles, les déficeler et ôter les restes de crépine, les maintenir au chaud à couvert.
- Dégraisser le récipient de cuisson.
- Ajouter un peu d'échalotes ciselées et suer durant quelques secondes.
- Déglacer avec 0,08 l de vin blanc et le réduire des 3/4.
- Mouiller avec 0,50 l de fond brun de lapin corsé et peu lié. Réduire à nouveau et ajouter 0,20 l de crème.
- Réduire, vérifier l'assaisonnement et l'onctuosité.
- Passer la sauce au chinois étamine.
- Ajouter hors du feu 0,040 kg de moutarde à l'ancienne et monter la sauce avec 0,040 kg de beurre.

9. Dresser les râbles
- Napper le fond des assiettes avec un peu de sauce, parer les râbles, les escaloper et les dresser harmonieusement.
- Intercaler les tranches avec des petits bouquets de tagliatelles nature, à la tomate et aux épinards.



CANETONS AUX NAVETS

Canetons de barbarie cuits «à l'étouffée» dans une cocotte hermétiquement fermée. Le fond de poêlage est obtenu en déglaçant le récipient de cuisson avec du vin blanc, du madère et en mouillant avec un excellent fond brun de volaille peu lié et corsé.
La garniture est composée de petits oignons glacés à brun et de navets tournés «en olives» glacés à blanc.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- 2 canards de 2 kg chacun	kg	4		
- beurre	kg	0,050		
ou				
- huile	l	0,02		
et				
- beurre	kg	0,020		
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,100		
- oignons	kg	0,100		
Fond de poêlage				
- vin blanc	l	0,10		
- madère	l	0,10		
- fond brun de canard légèrement lié et corsé (ou à défaut du fond brun de veau frais ou déshydraté))	l	1,50		
Garniture				
- navets*	kg	2,500		
- beurre	kg	0,050		
- sucre semoule	kg	PM		
- petits oignons	kg	0,250		
- beurre	kg	0,020		
- sucre	kg	PM		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
** Selon la saison il est possible d'utiliser des navets longs, dans ce cas les parures sont moindres, 2 kg suffisent amplement.*				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***2 h 05 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			***50 min à 1 h***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 445/447)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller et brider les canetons - 30 min *(voir p. 250/252)*

3. Marquer les canetons en cuisson - 10 min
- Saler et poivrer intérieurement et extérieurement les canetons.
- Faire blondir très lentement le beurre ou un mélange de beurre et d'huile dans un récipient creux de grandeur appropriée.
- Surveiller attentivement : en aucun cas le beurre ne doit brûler.
- Disposer les canetons sur un côté, les laisser légèrement colorer, puis les retourner pour colorer l'autre face.
- Ajouter les abattis.
- Placer les canetons sur le dos.
- Ajouter la garniture aromatique.
- Couvrir le récipient puis le placer au four à 200 °C durant environ 50 min à 1 h.
- Arroser fréquemment.
- Oter le couvercle 10 min avant la fin de la cuisson pour terminer la coloration des canetons.

4. Préparer les légumes de la garniture - 35 min
- Eplucher, laver et tourner les navets *(voir p. 111).*
- Eplucher et laver les petits oignons.

5. Marquer la garniture en cuisson - 10 min
- Glacer les petits oignons à brun *(voir p. 397).*
- Glacer les navets à blanc. S'ils sont nouveaux, les glacer en direct, hors saison, il est nécessaire de les blanchir *(voir p. 395).*

6. Confectionner le fond de poêlage - 15 min
- S'assurer de la cuisson des canetons (le jus qui s'écoule de l'intérieur doit être limpide et ne doit pas présenter de traces sanguinolentes).
- Les débarrasser et les maintenir au chaud à couvert.
- Faire pincer les sucs si nécessaire.
- Déglacer avec le vin blanc et le laisser réduire.
- Ajouter le madère et le fond brun de volaille ou à défaut de veau légèrement lié.
- Laisser réduire le fond de poêlage et vérifier l'assaisonnement, le passer au chinois étamine.
- Dégraisser soigneusement*.
- Réserver le fond de poêlage à couvert au bain-marie.

7. Terminer la cuisson des navets - 5 min
- Ajouter un peu de fond de poêlage sur les navets, les laisser mijoter durant quelques minutes.

8. Débrider et glacer les canetons - 5 min
- Débrider et arroser constamment les canetons avec le fond de poêlage à l'entrée d'un four très chaud ou sous la salamandre jusqu'à ce qu'ils soient recouverts d'une pellicule brillante.

9. Dresser les canetons - 5 min
- Verser un peu de fond de poêlage au fond de la cocotte.
- Placer les canetons sur le dos dans la cocotte.
- Disposer harmonieusement les navets et les petits oignons autour des canetons.
- Napper légèrement.
- Dresser le reste du fond de poêlage dans une saucière.

** Il est plus simple et plus efficace de dégraisser le récipient de cuisson avant de déglacer mais le fond de poêlage perd beaucoup en saveur.*



Canetons aux navets

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 calotte moyenne
- 1 petite calotte

Matériel de cuisson :

- 1 cocotte ovale avec couvercle
ou
- 1 rondeau
- 1 grande sauteuse
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- cocottes ovales en bi-métal ou plats sabots
- dessous de plats ovales
- papier gaufré

CANETONS POÊLÉS AUX OLIVES

1. Habiller et brider les canetons

2. Les poêler comme ci-contre

3. Préparer la garniture

- Dénoyauter 0,400 kg d'olives vertes.
- Les blanchir départ eau froide durant quelques minutes.
- Les égoutter et les réserver.

4. Confectionner le fond de poêlage

- S'assurer de la cuisson des canetons (le jus qui s'écoule de l'intérieur doit être limpide et ne présenter aucune trace sanguinolente).
- Les débarrasser et les maintenir au chaud et à couvert.
- Faire pincer les sucs si nécessaire.
- Déglacer avec le vin blanc et le laisser réduire.
- Ajouter le madère et le fond brun de volaille légèrement lié.
- Laisser réduire le fond de poêlage et vérifier l'assaisonnement.
- Le passer au chinois étamine dans une petite russe.
- Dégraisser soigneusement le fond de poêlage.
- Ajouter les olives blanchies et laisser mijoter durant quelques minutes.

5. Glacer les canetons

- Débrider et arroser constamment les canetons avec un peu de fond de poêlage à l'entrée d'un four très chaud ou sous la salamandre.

6. Dresser les canetons

- Verser un peu de fond de poêlage au fond de la cocotte.
- Placer le caneton sur le dos dans la cocotte.
- Disposer harmonieusement la garniture autour du caneton.
- Napper légèrement.
- Dresser le reste du fond de poêlage aux olives dans une saucière.

***REMARQUE :** Si la préparation n'est pas dressée dans une cocotte, le plat peut être festonné soit avec un cordon de pommes duchesse, soit avec des petits motifs de pain de mie frits.*

PLATS SIMILAIRES

Canetons poêlés Beaulieu

- Canetons poêlés accompagnés de petits fonds d'artichauts garnis de fondue de tomates, d'olives noires dénoyautées et blanchies, et de pommes cocotte.

Canetons poêlés aux petits pois

- Canetons poêlés accompagnés de petits pois bonne-femme (petits pois cuits avec une laitue ciselée, des petits oignons et des lardons). Il est possible d'ajouter des carottes et des navets tournés et glacés.



Canetons poêlés aux olives



CANETONS À L'ORANGE

Canetons cuits «à l'étouffée» dans une cocotte hermétiquement fermée, servis avec une sauce aigre-douce réalisée à partir de fond brun de volaille, de jus d'orange et de zestes d'oranges et de citron macérés dans une liqueur à base d'orange.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes séches traitées à la friture (gaufrettes, chips, collerettes, soufflées) ; pommes croquettes, amandines.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- 2 canards de 2 kg chacun	kg	4		
- beurre	kg	0,050		
ou				
- huile	l	0,02		
et				
- beurre	kg	0,020		
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,100		
- oignons	kg	0,100		
Sauce bigarade				
- sucre	kg	0,050		
- vinaigre de vin	l	0,05		
- fond brun de canard très corsé non lié	l	1		
- arrow-root ou fécule de pomme de terre	kg	0,020		
ou				
- fond brun de canard ou de veau lié	l	1		
- oranges pour les zestes*	kg	PM		
- citron - 1 pièce	kg	0,100		
- jus d'orange	l	PM		
- liqueur à base d'orange	l	0,10		
Garniture				
- oranges (8 x 0,200 kg*) (segments et zestes)	kg	1,600		
Décor				
- oranges - 2 x 0,200 kg	kg	0,400		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
** Les oranges zestées sont réservées pour les segments de la garniture.*				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 35 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*50 min à 1 h*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller les canetons puis les brider - 30 min *(voir p. 250/252)*

3. Zester 2 ou 3 oranges et 1 citron - 5 min
- Les laver soigneusement, lever les zestes et les tailler en fine julienne *(voir p. 146).*
- Blanchir la julienne départ eau froide durant quelques minutes.
- Recommencer l'opération une 2ème fois puis l'égoutter, la rafraîchir et la débarrasser dans une petite calotte en acier inoxydable.
- Recouvrir la julienne blanchie de liqueur à base d'orange, la couvrir et la laisser macérer durant quelques heures en enceinte réfrigérée.

4. Poêler les canetons - 10 min
(voir p. 445/447 et fiche précédente «Canetons aux navets»)

5. Préparer les oranges de la garniture et de la présentation - 20 min
- Les laver soigneusement.
- Les peler à vif, y compris les 2 ou 3 oranges zestées *(voir p. 143/145).*
- Lever les segments et les réserver à couvert en enceinte réfrigérée.
- Réserver 2 oranges pour la présentation.
- En canneler une, la partager en deux et l'émincer en demi-lamelles régulières pour festonner le plat.
- En historier une seconde en forme de panier pour le décor du plat (facultatif).

6. Confectionner la gastrique - 5 min
- Réunir dans une sauteuse le sucre et le vinaigre, laisser caraméliser très légèrement sur un feu doux.
- Ajouter le fond brun de canard corsé : s'il est clair, le lier après réduction avec de l'arrow-root détendu avec un peu de jus d'orange (attention, l'acidité liquéfie la liaison).
- Laisser réduire jusqu'à la consistance souhaitée.

7. Réaliser la sauce à l'orange - 15 min
- S'assurer de la cuisson des canetons, les débarrasser puis les maintenir au chaud à couvert.
- Faire pincer les sucs si nécessaire.
- Dégraisser soigneusement et déglacer avec un peu de jus d'orange.
- Ajouter le fond de canard et le laisser réduire à nouveau durant quelques minutes.
- Vérifier l'onctuosité, la couleur et l'assaisonnement (rectifier si nécessaire avec une goutte de carmin).
- Passer la sauce au chinois étamine dans une petite sauteuse, la dépouiller et y ajouter un peu de jus d'orange, la julienne blanchie et la liqueur (Cointreau ou Grand-Marnier).
- Rectifier la saveur (équilibre entre acidité, sucré et salé).
- Tamponner.
- Réserver la sauce à couvert au bain-marie.

8. Dresser les canetons - 5 min
- Chauffer doucement les segments dans un peu de sauce.
- Débrider les canetons et les disposer au centre des plats.
- Disposer harmonieusement les segments d'oranges tout autour des canetons.
- Festonner le bord des plats avec les demi-lamelles d'oranges cannelées.
- Napper uniformément les canetons avec la sauce en répartissant soigneusement la julienne de zestes.

***REMARQUE :** Les canetons étant nappés d'une sauce comportant une garniture (julienne de zestes), il n'est pas nécessaire de les glacer.*


Canetons à l'orange

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 calotte moyenne
- 1 petit bain-marie
- 1 planche à découper
- 2 petites calottes
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 cocotte ovale avec couvercle
  ou
- 1 rondeau
- 1 sauteuse moyenne
- 1 petite sauteuse
- 1 petite russe

Matériel de dressage :

- grands plats ovales légèrement creux
- saucières
- dessous de saucières
- papier gaufré

CANETONS POÊLÉS AUX CERISES

1. Poêler les canetons d'après la méthode ci-contre

2. Pocher les cerises dans un sirop léger aux épices et aux aromates

- Les égoutter et les dénoyauter.

3. Réaliser la sauce

- Prélever un peu de sirop de pochage des cerises et le réduire jusqu'à obtention d'un caramel blond.
- Décuire avec un peu de jus d'orange et mouiller avec le fond de poêlage des canetons parfaitement dégraissé.

4. Glacer les canetons et les dresser

- Disposer harmonieusement les cerises mijotées dans le fond de poêlage tout autour.
- Servir avec quelques pommes croquettes façonnées en forme de poires.

PLATS SIMILAIRES

Canetons poêlés aux pêches de vigne

- Poêler les canetons d'après la méthode ci-contre.
- Réaliser la gastrique en faisant réduire du sirop de pochage des pêches.
- Garnir avec des demi-pêches de vigne pochées dans un sirop léger et glacées au sucre glace sous la salamandre.

Canetons poêlés aux raisins

- Poêler les canetons comme dans la recette ci-contre.
- Egrapper une soixantaine de beaux grains de raisin muscat, les monder et les épépiner.
- Confectionner la sauce avec le jus de raisin comme base de la gastrique et du fond de canard.
- Glacer les canetons sous la salamandre.
- Ajouter les raisins dans la sauce.


Canetons poêlés aux cerises



POULETS GRILLÉS À L'AMÉRICAINE

Poulets fendus en deux et aplatis, grillés, puis moutardés et panés en fin de cuisson, servis avec des tomates, des têtes de champignons et du bacon grillés, des pommes paille et une sauce brune très relevée, réalisée à partir de fond brun de volaille tomaté et d'une réduction d'échalotes, de poivre concassé, de vin blanc et de vinaigre.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- poulets 4/4 labellisés (2 x 1,200 kg)	kg	2,400		
- huile	1	0,04		
- moutarde	kg	0,040		
- mie de pain	kg	0,100		
Fond brun de volaille pour la sauce diable				
- carcasses et abattis	kg	PM		
- carottes	kg	0,050		
- oignons	kg	0,050		
- ail (2 gousses)	kg	0,015		
- bouquet garni	pièce	1		
- fond brun de volaille lié tomaté	l	0,80		
Garniture				
- tomates «garniture» (8 pièces de 0,050 kg)	kg	0,400		
- champignons de Paris (8 têtes de 0,025 kg)	kg	0,200		
- bacon (8 tranches de 0,025 kg)	kg	0,200		
- huile d'arachide	l	0,040		
- pommes de terre (Bintje)	kg	1,400		
- friture	l	PM		
Sauce diable				
- échalotes	kg	0,040		
- poivre en grains	kg	PM		
- vin blanc	l	0,08		
- vinaigre d'alcool	l	0,04		
- fond brun de volaille tomaté	l	0,50		
- beurre	kg	0,040		
- cerfeuil	botte	1/5		
- estragon	botte	1/5		
Finition				
- beurre	kg	0,040		
- cresson	botte	1/4		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*2 h 15 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*20 à 25 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 424/425)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller et parer les poulets pour griller - 20 min *(voir p. 248/249 et page suivante)*
- Ne pas oublier de sectionner l'articulation cuisse/gras de cuisse pour favoriser la cuisson.

3. Marquer un fond brun de volaille - 15 min *(voir p. 260/261)*
- Utiliser les abattis et les colonnes vertébrales des poulets.

4. Préparer la garniture - 30 min
- Réserver le bacon en enceinte réfrigérée.
- Laver, trier, équeuter le cresson et le réserver au frais sur une plaque avec un peu d'eau.
- Eplucher, laver et tailler les pommes paille à la mandoline. Les rincer, puis les réserver dans un bahut avec de l'eau.
- Laver, éliminer le pédoncule des tomates, puis les réserver sur une petite plaque à débarrasser.
- Eplucher, laver soigneusement les champignons et réserver les têtes avec les tomates.
- Tamiser la mie de pain et la réserver dans une plaque.

5. Marquer les poulets en cuisson - 15 min *(voir p. 424/425)*
- Saler, poivrer et huiler légèrement les poulets.
- Les quadriller sur le gril, côté peau en premier.
- Débarrasser les poulets sur une plaque à rôtir et terminer la cuisson au four à 200 °C durant 20 à 25 min.

6. Confectionner la sauce diable - 15 min
- Eplucher, laver et ciseler finement les échalotes.
- Concasser le poivre en grains.
- Réunir dans une petite sauteuse l'échalote ciselée, la mignonnette, le vin blanc et le vinaigre, puis réduire l'ensemble presqu'à sec.
- Ajouter le fond brun de volaille lié et tomaté et laisser réduire doucement la sauce pendant quelques minutes.
- Passer la sauce au chinois étamine dans un bain-marie et la monter au beurre.
- Tamponner et réserver la sauce à couvert au bain-marie.

7. Frire les pommes paille - 10 min *(voir p. 456/457)*
- Rincer et égoutter soigneusement les pommes paille.
- Les frire par petites quantités dans un bain de friture à 160/170 °C.
- Les égoutter soigneusement sur du papier absorbant et les saler légèrement.

8. Terminer la cuisson du poulet - 10 min
- Sortir les poulets du four et supprimer les os de la cage thoracique.
- Les enduire légèrement de moutarde à l'aide d'un pinceau, puis les paner sans excès avec la mie de pain.
- Arroser les poulets avec leur graisse de cuisson, puis les colorer au four durant 8 à 10 min.

9. Terminer la garniture - 5 min *(voir p. 431)*
- Huiler les têtes de champignons et les tomates, puis les quadriller sur le gril.
- Saler et terminer la cuisson au four pendant quelques minutes.
- Quadriller les tranches de bacon sur le gril sans les dessécher.

10. Terminer la sauce - 5 min
- Laver, effeuiller et hacher le cerfeuil et l'estragon, puis les ajouter à la sauce.

11. Dresser les poulets grillés à l'américaine - 5 min
- Disposer les poulets dans le plat de service, le côté quadrillé en premier sur le dessus.
- Placer les tomates surmontées d'une tête de champignon aux 4 extrémités du poulet, les lustrer.
- Disposer un bouquet de pommes paille aux extrémités du plat.
- Placer les tranches de bacon sur le poulet, puis l'arroser de beurre noisette.
- Disposer 2 bouquets de cresson de chaque côté du plat.
- Dresser la sauce diable en saucière.



Poulets grillés à l'américaine

Matériel de préparation :

- 4 plaques à débarrasser
- 1 bahut moyen
- 3 petites calottes
- 1 petite passoire
- 1 petit bain-marie
- 1 planche à découper
- 1 grande calotte
- 1 mandoline
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 plaque à rôtir
- 1 petite sauteuse
- 1 sauteuse moyenne
- 1 petite poêle ronde

Matériel de dressage :

- grands plats longs
- saucières
- dessous de saucières
- papier gaufré

POULET GRILLÉ EN CRAPAUDINE, SAUCE DIABLE

1. Mettre en place le poste de travail.

2. Habiller le poulet et le fendre «en crapaudine» *(voir p. 250)*

- Flamber et écailler les pattes, garder les doigts et sectionner les ongles.
- Inciser les articulations de la cuisse et du gras de cuisse pour favoriser la cuisson.

3. Griller le poulet

- Le huiler et l'assaisonner, puis le quadriller sur le gril côté peau en premier.
- Le retourner et quadriller l'autre côté.
- Terminer la cuisson au four à 200 °C durant une vingtaine de minutes.

4. Dresser le poulet

- Disposer le poulet sur le plat de service.
- Arroser de quelques gouttes de jus de citron et de beurre noisette.
- Placer deux rondelles d'œufs durs et deux lamelles d'olives noires pour simuler les yeux du crapaud.
- Disposer un bouquet de cresson à l'arrière, les tiges courtes placées sous le poulet.
- Dresser la sauce diable en saucière.

***REMARQUE :** Le poulet peut être pané au beurre et à la mie de pain avant d'être placé au four. Cette méthode s'applique plus spécialement aux jeunes volailles (coquelets) ou aux pigeons.*



Poulet grillé en crapaudine, sauce diable

PLATS SIMILAIRES

Brochettes de volaille tandoori

- Détailler les ailes de volaille en gros cubes réguliers de 3 à 4 cm de côté, les enfiler sur des brochettes en bois huilées. Les badigeonner avec du jus de citron et les réserver en enceinte réfrigérée.
- **Réaliser la pâte à tandoori :**
  Placer dans le bol d'un mixeur de l'oignon, de l'ail, du gingembre, des graines de coriandre, de cumin, du sel et du jus de citron. Mixer pour obtenir une pâte lisse et homogène. Ajouter en suivant, du paprika, un petit piment frais, du yaourt nature et une pointe de colorant rouge pour obtenir une belle couleur.
- **Faire macérer les brochettes de volaille :**
  Les masquer uniformément avec la pâte, couvrir avec un film alimentaire et laisser macérer les brochettes durant quelques heures en enceinte réfrigérée.
- **Marquer les brochettes en cuisson :**
  Recouvrir une plaque avec une feuille d'aluminium. Disposer les brochettes en les séparant légèrement. Les cuire sous la salamandre durant 6 à 8 min de chaque côté ou dans un four très chaud à 250 °C. Les arroser régulièrement avec du beurre fondu durant la cuisson. Les saupoudrer à l'envoi de garam masala.

REMARQUE : *Les brochettes de volaille tandoori sont cuites à l'origine sur du charbon de bois dans un four en terre cuite appelé tandoor. Elles peuvent être accompagnées de riz pilaf aux fruits exotiques et de mango chutney.*

Coquelets grillés, sauce tartare

- Fendre les coquelets par le dos, les aplatir. Saler, poivrer, paner au beurre fondu et à la mie de pain blanche. Griller lentement, servir avec du cresson et de la sauce tartare.

Blancs de volaille grillés viennoise

- Aplatir les blancs de volaille, les assaisonner, puis les placer dans une marinade instantanée composée d'huile, de jus de citron, de thym et de laurier broyés. Paner à l'anglaise, puis griller lentement sans dessécher. Dresser avec du persil frit et des citrons historiés.

Brochettes de volaille grillées, riz pilaf aux fruits secs

- Détailler les blancs de volaille en cubes réguliers de 3 cm de côté, les assaisonner, puis les placer en marinade avec de l'huile, du jus de citron, de la fleur de thym, du gingembre haché et blanchi. Monter les brochettes en intercalant les cubes de viande, des morceaux de poivrons rouges mondés et sautés au préalable et des morceaux d'ananas frais. Griller sans dessécher en arrosant fréquemment avec du beurre fondu. Accompagner avec un riz pilaf mouillé au fond blanc de volaille, additionné d'une brunoise d'abricots secs, de raisins secs réhydratés, de noix et de pistaches concassées. Servir avec une sauce curry.



FRICASSÉE DE VOLAILLE À L'ANCIENNE

Morceaux de poulet cuits dans une sauce crémée à base de fond blanc de volaille, accompagnés d'une garniture composée de petits oignons glacés à blanc et de petits champignons cuits à blancs.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : riz pilaf ou créole, pâtes au beurre ; petits légumes nouveaux glacés à blanc (carottes, navets, courgettes, concombre, poireaux, choux-fleurs, pointes d'asperges, ...).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- poulets labellisés (P.A.C.) (2 x 1,200 à 1,400 kg)	kg	2,400 à 2,800		
- beurre	kg	0,080		
- farine	kg	0,060		
- oignon (1 pièce)	kg	0,120		
- fond blanc de volaille	l	PM		
Fond blanc de volaille				
- carcasses et abattis des 2 volailles	kg	PM		
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- blancs de poireaux	kg	0,200		
- céleri en branches	kg	0,100		
- bouquet garni	pièce	1		
- clous de girofle	pièce	2		
Finition de la sauce				
- crème double	l	0,30		
Garniture à l'ancienne				
- champignons de Paris	kg	0,250		
- beurre	kg	0,020		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
- petits oignons	kg	0,250		
- beurre	kg	0,020		
- sucre semoule	kg	PM		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 25 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : Ailes / Cuisses			15 à 18 min / 18 à 22 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 465/467)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller et découper les poulets - 30 min *(voir p. 237/240 et 246/248)*
- Etirer, flamber et éliminer le reste des duvets.
- Parer, vider et découper à cru chaque poulet en 4 morceaux, éventuellement en 8.
- Réserver les morceaux de poulet en enceinte réfrigérée.

3. Marquer le fond blanc de volaille - 10 min
- Concasser les carcasses et les abattis, puis les blanchir éventuellement.
- Les placer dans une russe et mouiller à hauteur avec de l'eau froide.
- Porter à ébullition, écumer soigneusement, puis ajouter la garniture aromatique.
- Laisser cuire le fond blanc à très faible ébullition durant 30 à 45 min.

4. Préparer la garniture - 10 min
- Eplucher, laver et escaloper les champignons, les cuire à couvert dans une petite quantité d'eau bouillante salée et citronnée, avec un peu de beurre *(voir p. 66/68 et 390)*.
- Les réserver dans leur cuisson, ne pas les égoutter.
- Eplucher, laver et cuire les petits oignons par glaçage à blanc.

5. Marquer la fricassée en cuisson - 15 min
- Saler et poivrer les morceaux de poulet.
- Les faire raidir dans un sautoir avec un peu de beurre, côté peau en premier.
- Retourner les morceaux, puis les laisser raidir à nouveau sur l'autre côté en veillant à ne pas les laisser colorer.
- Débarrasser les morceaux, puis ajouter dans le sautoir 0,120 kg d'oignons finement ciselés.
- Les suer légèrement sans coloration.
- Singer (ajouter la farine) et cuire doucement le roux blanc pendant quelques minutes (rajouter un peu de beurre si nécessaire).
- Mouiller avec 1 l de fond blanc et replacer les morceaux de poulet dans le velouté, le côté peau en dessous.
- Laisser cuire très lentement la fricassée de volaille à couvert durant 20 min environ.
- Retourner les morceaux aux 2/3 de la cuisson. Vérifier que la sauce n'attache pas au récipient.
- Vérifier l'assaisonnement (retirer les ailes quelques minutes avant les cuisses).

6. Terminer la fricassée - 10 min
- Décanter les morceaux de poulet.
- Réduire le velouté (si nécessaire) et ajouter la crème.
- Laisser cuire doucement durant une dizaine de minutes.
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Ajouter les champignons et les petits oignons sur les morceaux de poulet.
- Passer la sauce au chinois étamine et réserver la fricassée au chaud et à couvert.

7. Dresser la fricassée de volaille - 5 min
- Dresser la fricassée en dirigeant les os des manches des ailes et des pilons vers le centre de la cocotte.
- Répartir la garniture sur le dessus des morceaux.

REMARQUE : *Si la sauce est trop épaisse, la détendre avec un peu de fond blanc ou avec un peu de cuisson des champignons. Les petits oignons glacés peuvent être ajoutés au moment du dressage.*



Fricassée de volaille à l'ancienne

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 calotte moyenne
- 1 chinois étamine
- 1 planche à découper
- 2 petites calottes
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
  ou
- 1 grande sauteuse pour le fond
- 1 petit rondeau plat avec couvercle
  ou
- 1 grand sautoir
- 2 petites sauteuses

Matériel de dressage :

- légumiers ou cocottes (bi-métal)
- dessous de plats ronds
- papier gaufré

EMINCÉ DE VOLAILLE AUX PRIMEURS

1. Escaloper 1,200 kg de blancs de volaille

- Les traiter en fricassée avec 0,080 kg de beurre, 0,120 kg d'oignons ciselés, 0,040 kg de farine et 1 l de fond blanc de volaille.

2. Eplucher, laver et glacer à blanc la garniture

- Eplucher, laver et glacer à blanc 0,150 kg de petits oignons, 0,400 kg de carottes, 0,200 kg de navets et 0,200 kg de courgettes tournés en olives.
- Cuire à blanc 0,125 kg de champignons de Paris avec 0,020 kg de beurre et le jus d'1/4 de citron.
- Effiler et tronçonner 0,200 kg de haricots verts extra-fins.
- Les cuire à l'anglaise.
- Les rafraîchir et les réserver.

3. Dresser l'émincé de volaille

- Ajouter les légumes à la fricassée en finition.
- Remettre en température, vérifier l'assaisonnement.
- Dresser en répartissant harmonieusement la garniture sur le dessus.
- Servir avec un riz pilaf mouillé au fond blanc de volaille.

PLATS SIMILAIRES

Fricassée de pintade au curry ou à l'indienne

- Fricassée réalisée selon la technique ci-contre, additionnée d'une brunoise de pommes acidulées et de curry.
- Après décantage, ajouter une brunoise de poivrons multicolores et de courgettes sautées.

Fricassée de pigeon hongroise

- Fricassée réalisée selon la technique ci-contre et parfumée au paprika.
- Ajouter une brunoise de poivrons en finition.

Fricassée de volaille aux écrevisses

- Ajouter à la fricassée des queues d'écrevisses étuvées dans un peu de sauce nantua.
- Monter la sauce au beurre d'écrevisse.

Fricassée de volaille Doria

- Ajouter en finition, des concombres tournés en olive et glacés à blanc.

Fricassée de volaille Argenteuil

- Lier la sauce de la fricassée avec de la purée d'asperges réalisée avec les turions.
- Garnir avec les pointes cuites à l'anglaise et étuvées au beurre.



Emincé de volaille aux primeurs



CURRY DE VOLAILLE RIZ MADRAS

Morceaux de volaille cuits dans une sauce relevée, parfumée au curry et à la noix de coco. Le curry est accompagné de riz pilaf agrémenté d'une brunoise de fruits exotiques, de raisins secs et d'amandes grillées.
Cette préparation peut également se réaliser à partir de veau, d'agneau ou de bœuf.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- poulets labellisés (P.A.C.) (2 x 1,200 à 1,400 kg)	kg	2,400 à 2,800		
Marinade (facultatif)				
- huile d'arachide	l	0,08		
- citron (1 pièce)	kg	0,100		
- piment	kg	PM		
- gingembre en poudre	kg	PM		
- curcuma en poudre	kg	PM		
- cumin en poudre	kg	PM		
- coriandre	kg	PM		
- sel et poivre	kg	PM		
Cuisson				
- huile d'arachide	l	0,08		
- oignons	kg	0,160		
- curry en poudre ou en pâte (doux ou médium)	kg	0,040		
- farine	kg	0,040		
- fond blanc de volaille	l	1,20		
- tomates (grosses)	kg	0,400		
- concentré de tomate	kg	0,020		
- ail (3 gousses)	kg	0,020		
- bouquet garni	pièce	1		
Finition				
- pommes (fruits)	kg	0,200		
- bananes	kg	0,200		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
- lait de noix de coco ou crème épaisse	l	0,20		
Riz madras aux fruits				
- beurre	kg	0,080		
- oignons	kg	0,160		
- riz long ou Basmati	kg	0,400		
- fond blanc de volaille	l	0,60		
- bouquet garni	pièce	1		
- bâton de cannelle	kg	PM		
Garniture				
- raisins de Smyrne	kg	0,040		
- ananas ou papaye	kg	0,200		
- amandes effilées ou noix de cajou crues concassées	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 45 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			***18 à 22 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller et découper les poulets - 30 min *(voir p. 237/240 et 246/248)*
- Les découper en 4, puis partager chaque quartier en 2 de manière à obtenir 16 morceaux.
- Réserver les os et les abattis.

3. Marquer un fond blanc de volaille avec les os et les abattis - 10 min *(voir p. 264/266)*

4. Placer les morceaux de volaille en marinade (facultatif) - 5 min
- Les ranger sur une seule épaisseur dans une plaque en acier inoxydable, les assaisonner, ajouter les épices (ou un peu de curry prêt à l'emploi), le jus de citron et l'huile.
- Filmer et réserver en enceinte réfrigérée.

5. Préparer les éléments de la garniture du curry - 15 min
- Eplucher, laver et ciseler finement les oignons, en réserver la moitié pour le riz madras.
- Laver, éliminer le pédoncule, monder, épépiner et concasser les tomates.
- Eplucher, laver, dégermer et hacher finement les gousses d'ail.
- Réaliser deux bouquets garnis.

6 .Marquer le curry en cuisson - 15 min
- Egoutter soigneusement les morceaux de volaille s'ils ont été mis en marinade.
- Les rissoler à l'huile, sans exagération dans une grande sauteuse ou un rondeau plat.
- Débarrasser les morceaux et les réserver.
- Ajouter la moitié des oignons ciselés dans le récipient et les suer durant quelques minutes.
- Saupoudrer de curry et bien mélanger.
- Ajouter la farine (singer), le concentré de tomate et cuire doucement le roux tomaté durant quelques secondes, puis le laisser refroidir légèrement.
- Mouiller avec le fond blanc de volaille bouillant, porter le velouté au curry à ébullition en remuant à l'aide d'un fouet à sauce.
- Replacer les morceaux de volaille dans la sauce, le côté peau au dessous.
- Ajouter les tomates concassées, l'ail et le bouquet garni. Assaisonner.
- Cuire lentement à couvert sur la plaque du fourneau ou au four à 200 °C de 18 à 22 min environ.

7. Préparer le reste de la garniture - 10 min
- Laver, éplucher et citronner les pommes et les bananes, les détailler en petits dés de 2 à 3 mm de côté.

8. Marquer le riz madras en cuisson - 10 min *(voir p. 379/380)*
- Laver soigneusement les raisins secs, les blanchir durant quelques secondes et les ajouter au riz avant la cuisson.
- Mouiller le riz avec du fond blanc de volaille (il est possible d'y ajouter un petit morceau de bâton de cannelle et quelques râpures de gingembre).
- L'égrener et le beurrer en fin de cuisson.
- Lui ajouter une brunoise d'ananas ou de papaye fraîche.

9. Décanter le curry - 5 min
- Ajouter la brunoise de pommes et de bananes quelques minutes avant la fin de la cuisson de la viande.
- Ajouter la crème ou l'extrait (lait) de noix de coco.
- S'assurer de la réduction et de l'onctuosité de la sauce.
- La dégraisser soigneusement.
- Vérifier l'assaisonnement et retirer le bouquet garni.

10. Dresser le curry et le riz madras - 5 min
- Dresser le curry légèrement en dôme dans un légumier.
- Le napper sans exagération avec la sauce.
- Dresser le riz dans un légumier sans le tasser, le parsemer d'amandes effilées légèrement grillées ou de noix de cajou concassées.
- Disposer les légumiers sur des dessous de plats recouverts de papier gaufré.



Curry de volaille riz madras

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 calotte moyenne
- 1 planche à découper
- 3 petites calottes

Matériel de cuisson :

- 1 grande sauteuse
  ou
- 1 rondeau plat avec couvercle.
- 1 grand sautoir
  ou
- 1 grande sauteuse avec couvercle
- 1 petite russe

Matériel de dressage :

- légumiers
- dessous de légumiers
- papier gaufré

POULET AU SAFRAN FAÇON BOUILLABAISSE

1. Confectionner la marinade

- Emincer 0,200 kg d'oignons.
- Tailler en julienne 0,200 kg de poireaux, 0,100 kg de céleri en branches et 0,100 kg de bulbes de fenouil.
- Monder, épépiner et concasser 0,500 kg de tomates.
- Eplucher, laver, dégermer et écraser 4 gousses d'ail.
- Confectionner un bouquet garni, y ajouter un petit morceau de zeste d'orange séché.

2. Etuver la marinade

- Etuver très lentement à l'huile d'olive les oignons, les poireaux, le céleri en branches et le fenouil.
- Ajouter les tomates, l'ail, le bouquet garni, 0,002 kg de safran et quelques graines d'anis étoilé.
- Débarrasser, laisser complètement refroidir, ajouter les 2 poulets découpés (chacun en 8 morceaux) et 0,05 l de pastis.
- Bien enrober les morceaux de marinade, couvrir et réserver en enceinte réfrigérée durant 12 heures.

3. Réaliser un fond blanc de volaille corsé avec les carcasses et les abattis

4. Marquer les morceaux de poulet en cuisson

- Les égoutter et les éponger soigneusement.
- Les faire raidir à l'huile d'olive, dégraisser, ajouter la marinade et le fond blanc de volaille bouillant.
- Assaisonner et cuire de 18 à 22 min.

5. Terminer le poulet au safran

- Décanter et ranger les morceaux de poulet dans les légumiers de service.
- Lier la cuisson avec quelques cuillerées d'aïoli.
- Napper uniformément.
- Servir avec un riz créole, des pâtes fraîches ou des pommes de terre cuites dans du fond blanc de volaille safrané.

ACCOMPAGNEMENTS DES CURRY

Les recettes de curry sont nombreuses et peuvent varier selon les produits traités (poulet, porc, bœuf, poissons, légumes, ...).
Il est d'usage de servir en accompagnement des garnitures complémentaires et des galettes ou des petits crêpes frites ou sautées (pain sans levain) pappadams, chapattis, parathas aux épinards, galettes aux graines de sésame, ces galettes sont achetées généralement toutes faites dans le commerce.

Concombres à la menthe

- Concombres épluchés, évidés, râpés, dégorgés, égouttés et assaisonnés avec du yaourt, de la menthe fraîche ciselée et des zestes de citron.

Tomates et oignons à la coriandre

- Brunoise de pulpe de tomates mondées et épépinées, avec des oigons ciselés, du sel, du poivre, du sucre roux, du jus de citron ou de limette, et de la coriandre fraîche hachée.

Ananas au piment

- Brunoise d'ananas, avec du piment haché, de la menthe fraîche et de la ciboulette ciselées, du sucre roux et du jus de citron.

Banane à la noix de coco

- Brunoise ou rondelles de bananes citronnées, enrobées de noix de coco râpée et déshydratée.

Divers chutneys de fruits (mangue)



Poulet au safran façon bouillabaisse



COQ AU VIN

Morceaux de coq marinés dans du vin rouge et cuits en ragoût dans une sauce composée de la marinade réduite, de fond brun de volaille et légèrement liée au sang en fin de cuisson. La garniture est composée de petits oignons glacés à brun, de champignons de Paris, de petits lardons sautés et de croûtons de pain de mie. Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes à l'anglaise, persillées, fondantes ; pâtes fraîches au beurre, tagliatelles à l'alsacienne, spätzles ; polenta, gnocchi à la romaine…

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- coq (1 pièce)	kg	2,600 à 2,800		
- beurre	kg	0,040		
- huile d'arachide	l	0,04		
Marinade à cru				
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- échalotes	kg	0,040		
- ail (2 gousses)	kg	0,015		
- bouquet garni	pièce	1		
- poivre en grains	kg	PM		
- vin rouge (passetoutgrain, morgon, vin de Chanturgue)	l	1,5		
- cognac ou marc de bourgogne	l	0,05		
- huile d'arachide	l	0,05		
Fond brun de volaille				
- carcasses et abattis	kg	PM		
- carottes	kg	0,100		
- oignons	kg	0,100		
- tomates	kg	0,200		
ou				
- concentré de tomate	kg	0,020		
- bouquet garni	pièce	1		
- fond brun de veau légèrement lié	l	1		
Sauce				
- cognac ou marc de bourgogne	l	0,05		
- marinade	l	PM		
- fond brun de volaille	l	PM		
Liaison de la sauce				
- sang de volaille	l	0,10		
- cognac ou marc	l	0,02		
Garniture				
- poitrine demi-sel	kg	0,250		
- huile	l	0,04		
- champignons de Paris	kg	0,250		
- petits oignons	kg	0,250		
- beurre	kg	0,020		
- sucre	kg	PM		
- pain de mie (4 tranches de 0,040 kg)	kg	0,160		
- beurre	kg	0,040		
Finition				
- persil	kg	PM		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 40 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*1 h 30 à 2 h 30*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

La veille :

2. Habiller et découper le coq en 16 morceaux - 25 min

3. Réaliser une marinade à cru - 15 min *(voir p. 332/333)*
- Placer les morceaux de coq assaisonnés dans la marinade.
- Couvrir le récipient et le placer en enceinte réfrigérée durant 12 h au minimum.
- Retourner les morceaux au bout de quelques heures.

4. Marquer un fond brun de volaille légèrement lié - 10 min *(voir p. 261)*
- Le refroidir rapidement et le réserver à couvert en enceinte réfrigérée.

Le lendemain :

5. Marquer le coq au vin en cuisson - 20 min *(voir p. 462/465)*
- Egoutter et éponger soigneusement les morceaux de coq et la garniture aromatique.
- Filtrer la marinade et la porter à ébullition, l'écumer.
- Rissoler soigneusement les morceaux sur toutes leurs faces en les déposant côté peau en premier dans le mélange d'huile et de beurre.
- Les débarrasser et les réserver dans une plaque.
- Ajouter la garniture aromatique de la marinade dans le récipient de cuisson et la faire pincer légèrement.
- Dégraisser puis replacer les morceaux de coq sur la garniture aromatique.
- Flamber avec le cognac ou le marc de Bourgogne.
- Ajouter la marinade bouillante et la laisser réduire durant une dizaine de minutes.
- Compléter le mouillement avec le fond brun de volaille légèrement lié.
- Assaisonner légèrement, écumer et couvrir le récipient.
- Cuire le coq au vin au four à environ 200 °C durant 1 h 30 à 2 h 30 min selon son âge et sa qualité.
- Surveiller la cuisson, elle doit être lente et régulière.
- Compléter l'évaporation de la sauce s'il y a lieu avec un peu d'eau bouillante ou de fond brun clair de volaille.

6. Préparer la garniture - 20 min
- Glacer les petits oignons à brun *(voir p. 397).*
- Tailler les lardons, les blanchir et les faire rissoler sans les dessécher, puis les réserver.
- Sauter les champignons escalopés dans la graisse de fonte des lardons, les réserver avec les lardons.
- Tailler les croûtons de pain de mie en forme de cœur et les sauter dans du beurre clarifié (ou les toaster sous la salamandre).
- Hacher le persil.

7. Décanter le coq au vin - 5 min
- S'assurer de la cuisson des morceaux.
- Les décanter dans un autre rondeau.
- Vérifier la couleur, l'onctuosité et l'assaisonnement de la sauce, la dégraisser si nécessaire.
- La passer au chinois étamine sur les morceaux.



Coq au vin

- Ajouter les lardons et les champignons et laisser mijoter l'ensemble durant une dizaine de minutes.
- Débarrasser et réserver à couvert au bain-marie.

8. Terminer la liaison de la sauce - 5 min

- Disposer les morceaux dans les plats de service.
- Répartir équitablement la garniture sur le dessus et maintenir le plat au chaud.
- **Lier la sauce au sang :** reporter la sauce à ébullition et la retirer du feu.
- Détendre le sang avec le cognac ou le marc et le chauffer progressivement en lui incorporant un peu de sauce bouillante.
- Verser doucement la liaison dans le reste de la sauce en remuant à l'aide d'un petit fouet.
- Reporter la sauce liée à ébullition, **dès les premiers frémissements** la retirer du feu et la passer au chinois étamine sur les morceaux.

9. Dresser le coq au vin - 5 min

- Disposer harmonieusement les petits oignons glacés.
- Tremper la pointe des croûtons dans la sauce puis dans le persil haché et les disposer tout autour des morceaux, les pointes orientées vers l'extérieur du plat.

REMARQUES :

- *La même recette peut être réalisée avec des poulets, de préférence labellisés, la durée de la cuisson sera réduite de moitié, dans ce cas, la préparation doit être nommée «poulet façon coq au vin».*
- *A défaut de fond brun de volaille lié, les morceaux de coq peuvent être singés après rissolage. Du fond brun de volaille ou de veau déshydraté peut être utilisé.*

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte
- 1 passoire à queue
- 1 planche à découper
- 2 petites calottes
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 marmite à ragoût
  ou
- 1 petit rondeau avec couvercle
- 1 petite sauteuse
- 1 petite russe
- 1 petite poêle ronde

Matériel de dressage :

- grands légumiers ou cocottes (bi-métal)
- dessous de plats ronds
- papier gaufré

PLATS SIMILAIRES

Coq au riesling

- Morceaux de coq revenus au beurre avec des oignons ou des échalotes ciselés.
- Flamber, singer, mouiller au riesling, au fond blanc de volaille et à la cuisson de champignons.
- Décanter, crémer la sauce, la réduire et ajouter des champignons cuits à blanc.
- Servir éventuellement avec des pâtes tricolores ou des pâtes à l'alsacienne.

Coq à la bière

- Morceaux de coq revenus au beurre, avec des échalotes ciselées, flamber avec du genièvre ou du gin, singer légèrement.
- Mouiller à la bière brune ou blonde et au fond blanc de volaille.
- Décanter, crémer, réduire la cuisson, ajouter des champignons sautés et monter la sauce au beurre. Cette spécialité est apprécié avec des pommes allumettes (il est possible d'ajouter des petits oignons glacés à blanc).



Coq au riesling



LAPEREAUX AUX CHAMPIGNONS

Morceaux de lapin cuits en ragoût dans une sauce à base d'échalotes, de vin blanc et de fond brun légèrement lié. La garniture est composée de champignons de Paris sautés.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes à l'anglaise, persillées, fondantes, Macaire ; carottes, navets tournés et glacés à blanc ; crosnes, topinambours sautés ; pâtes fraîches, petits pois paysanne.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- 2 lapereaux d'1 kg chacun	kg	2		
- huile d'arachide	l	0,04		
- beurre	kg	0,040		
- échalotes grises	kg	0,080		
- bouquet garni avec romarin ou sarriette	pièce	1		
- ail (facultatif)	gousse	2		
- vin blanc sec	l	0,20		
- fond brun de veau lié et légèrement tomaté	l	1,40		
Garniture				
- champignons de Paris ou tous autres champignons de saison	kg	0,300		
- beurre	kg	0,040		
Finition				
- persil	kg	PM		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 10 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			***45 min à 1 h***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Découper et parer les lapereaux - 10 min
(sectionner les os franchement afin de ne pas les écraser) *(voir p. 254/255)*
- Réserver les morceaux en enceinte réfrigérée.

3. Préparer les légumes - 15 min
- Eplucher et réserver les champignons au frais.
- Laver, équeuter le persil et confectionner un bouquet garni avec en plus une petite branche de romarin ou de sarriette.
- Eplucher, laver et ciseler finement les échalotes.

4. Marquer les morceaux de lapereaux en cuisson - 15 min
- Saler et poivrer les morceaux.
- Les rissoler dans un rondeau avec de l'huile et du beurre.
- Dégraisser, ajouter les échalotes ciselées et les laisser suer sans coloration durant quelques secondes.
- Déglacer avec le vin blanc et le laisser réduire.
- Mouiller avec le fond brun de veau lié et tomaté.
- Saler et poivrer, puis ajouter l'ail et le bouquet garni avec le romarin ou la sarriette.
- Faire reprendre l'ébullition et cuire les lapereaux à couvert au four à 200 °C pendant 45 min à 1 h.

5. Faire sauter les champignons - 10 min *(voir p. 416)*
- Laver soigneusement les champignons, puis les escaloper.
- Les sauter dans une petite poêle avec le beurre pendant 4 à 5 min.
- Saler et égoutter dans une petite passoire.

6. Essorer, concasser et hacher le persil - 5 min

7. Décanter les morceaux de lapereaux - 5 min
- S'assurer de leur cuisson, puis les décanter dans un autre rondeau.
- Réduire et dégraisser la sauce si nécessaire.
- Vérifier l'onctuosité et l'assaisonnement.
- Ajouter les champignons sautés.
- Passer la sauce au chinois étamine sur les morceaux.
- Laisser mijoter durant quelques minutes.

8. Dresser les lapereaux aux champignons - 5 min
- Disposer les morceaux de lapereaux dans la cocotte ronde.
- Ajouter la garniture et napper soigneusement avec la sauce.
- Saupoudrer sans excès de persil haché.

REMARQUE : Les deux lapereaux sont proposés pour des raisons pédagogiques (2 x 4), il est préférable de traiter en ragoût des lapins un peu plus vieux et plus lourds.



Lapereaux aux champignons

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 1 bahut
- 2 petites calottes
- 1 petite passoire à queue
- 1 planche à découper
- 1 grande calotte
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 grande sauteuse
  ou
- 1 petit rondeau plat avec couvercle
- 1 petite poêle ronde

Matériel de dressage :

- cocottes rondes (bi-métal) ou grands légumiers
- dessous de plats ronds
- papier gaufré

GIBELOTTE DE LAPEREAU ILE-DE-FRANCE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Découper et parer 2 lapereaux d'1 kg chacun *(voir p. 254/255)*

3. Eplucher, laver et tailler les légumes

- Eplucher, laver et ciseler finement 0,080 kg d'échalotes.
- Confectionner un bouquet garni avec des tiges de persil, du thym, du laurier et un petit bouquet de romarin ou de sarriette.
- Eplucher et laver 0,250 kg de petits oignons.
- Eplucher, laver et escaloper 0,250 kg de petits champignons de Paris (facultatif).
- Eplucher et laver 2 kg de petites pommes de terre à chair ferme, les tourner de la grosseur des «pommes navarin».
- Eplucher, dégermer et laver 2 gousses d'ail.

4. Marquer la gibelotte en cuisson

- Saler et poivrer les morceaux. Les faire revenir dans un petit rondeau plat avec 0,04 l d'huile et 0,040 kg de beurre.
- Dégraisser, ajouter les échalotes ciselées et les suer durant une minute.
- Flamber avec 0,05 l d'eau-de-vie.
- Déglacer avec 0,20 l de vin et le réduire presqu'à sec.
- Singer et torréfier la farine en plaçant le rondeau dans un four très chaud. Mélanger à la spatule.
- Mouiller avec 1,50 l de fond blanc (veau ou volaille).
- Ajouter le bouquet garni, l'ail, assaisonner et porter à ébullition.
- Couvrir et cuire au four à 200 °C durant 45 min à 1 h.

5. Marquer la garniture en cuisson

- Glacer les petits oignons à blanc.
- Détailler 0,300 kg de poitrine demi-sel en petits lardons, les blanchir puis les sauter à la poêle avec un peu d'huile.
- Sauter les champignons dans la graisse de fonte des lardons.

6. Détailler 0,250 kg de pain de mie en petits triangles

- Les sauter au beurre clarifié ou les toaster.

7. Blanchir les pommes de terre

- Les blanchir départ eau froide durant quelques minutes, les égoutter sans les rafraîchir.

8. Terminer la gibelotte (20 min avant la fin de la cuisson)

- La décanter et passer la sauce au chinois étamine.
- Ajouter les pommes de terre et poursuivre la cuisson durant une vingtaine de minutes.
- Vérifier l'onctuosité, l'assaisonnement et ajouter les lardons, les petits oignons et les champignons.

9. Dresser la gibelotte

- La dresser en dôme dans un grand légumier. Répartir équitablement la sauce et la garniture. Disposer harmonieusement les croûtons et saupoudrer sans excès de persil haché.

REMARQUE : Certains professionnels cuisent les pommes de terre séparément, ajoutent un peu de crème ou de moutarde à la sauce.

PLATS SIMILAIRES

Lapin aux pruneaux et aux carottes (ragoût à brun)

- Mariner les morceaux avec des échalotes ciselées, du vin blanc et de l'huile.
- Les faire revenir au beurre et mouiller avec la marinade réduite et du fond brun de veau lié.
- Décanter aux 2/3 de la cuisson et ajouter des carottes émincées ou tournées blanchies, des lardons blanchis et sautés, et des pruneaux dénoyautés et réhydratés.
- Terminer la cuisson, saupoudrer de persil haché.

Fricassée de lapereau dijonnaise

- Réaliser une fricassée de lapereau selon la méthode de la fricassée de volaille.
- Réduire fortement la sauce.
- Crémer, réduire à nouveau et ajouter en finition une grande cuillerée de moutarde de Dijon.



CIVET DE LIÈVRE À LA FRANÇAISE

Morceaux de lièvre marinés dans du vin rouge et cuits en ragoût dans une sauce réalisée à partir de la marinade réduite et de sauce espagnole. En fin de cuisson la sauce est liée au sang et elle est accompagnée de petits oignons glacés à brun, de champignons de Paris et de lardons sautés, et de croûtons de pain de mie. Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes vapeur, à l'anglaise, persillées, fondantes, Anna ; purée de pommes de terre, de potimarron ; pâtes fraîches au beurre.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- lièvre	kg	2,600		
- beurre	kg	0,040		
- huile d'arachide	l	0,04		
Vinaigre de vin pour le sang	l	0,02		
Marinade à cru				
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- échalotes	kg	0,040		
- céleri en branches	kg	0,100		
- ail (2 gousses)	kg	0,015		
- bouquet garni	pièce	1		
- romarin	branche	PM		
- poivre en grains	kg	PM		
- baies de genévrier	kg	PM		
- cognac ou armagnac	l	0,05		
- vin rouge tanique	l	1,5		
- huile d'olive	l	0,05		
Sauce				
- cognac ou armagnac	l	0,05		
- marinade	l	PM		
- sauce espagnole	l	1,5		
Liaison de la sauce				
- sang	l	0,10		
Garniture				
- poitrine demi-sel	kg	0,250		
- huile d'arachide	l	0,04		
- champignons de Paris	kg	0,250		
- petits oignons	kg	0,250		
- beurre	kg	0,020		
- sucre	kg	PM		
- pain de mie (4 tranches de 0,040 kg)	kg	0,160		
- beurre	kg	0,040		
Finition				
- persil	kg	PM		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 45 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*1 h à 1 h 30 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Voir p. 462/465)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

La veille :

2. Dépouiller le lièvre, le vider et recueillir le sang - 20 min
- Lui ajouter 0,02 l de vinaigre de vin, ôter la fibrine qui se forme et le réserver à couvert en enceinte réfrigérée.
- Réserver également le foie soigneusement paré, le cœur et éventuellement les poumons.

3. Dénerver et détailler le lièvre en 8 ou 16 morceaux - 10 min

4. Placer les morceaux de lièvre en marinade crue - 15 min
(voir «Coq au vin» et voir p. 332/333)
- Utiliser de préférence de l'armagnac ou du cognac et de l'huile d'olive. Il est possible d'ajouter à la garniture aromatique un peu de céleri en branches, du romarin et des baies de genévrier.
- Couvrir le récipient et le réserver durant 12 h au minimum en enceinte réfrigérée.
- Retourner les morceaux dans la marinade au bout de quelques heures.

Le lendemain :

5. Marquer le civet en cuisson - 20 min
- Se référer à la cuisson du «coq au vin» page précédente.
- 2 techniques principales de mouillement peuvent être envisagées :
  - soit les morceaux rissolés sont singés puis placés durant quelques minutes dans un four pour torréfier la farine, le mouillement s'effectue avec la marinade et du vin rouge supplémentaire si nécessaire ;
  - soit les morceaux rissolés sont mouillés avec la marinade réduite et le mouillement est complété par de la sauce espagnole.

6. Préparer la garniture - 20 min
Elle est composée comme celle du coq au vin avec :
- des petits oignons glacés à brun *(voir p. 397).*
- des lardons et des champignons sautés *(voir p. 416).*
- des croûtons de pain de mie frits au beurre clarifié.

Au moment de servir :

7. Décanter le civet - 5 min
- S'assurer de la cuisson des morceaux (au bout d'1 h à 1 h 30 min).
- Les décanter dans un autre rondeau.
- Ajouter les lardons et les champignons.
- Couvrir le récipient et le réserver au chaud.

8. Terminer la liaison de la sauce - 5 min
- Refaire bouillir la sauce.
- Vérifier la couleur, l'onctuosité (elle doit être peu liée) et l'assaisonnement.
- Mixer et passer au tamis le foie, le cœur et éventuellement les poumons.
- Ajouter le sang.
- Détendre progressivement le mélange avec un peu de sauce bouillante (pour la monter progressivement en température et éviter les risques de coagulation du sang).
- Verser doucement la liaison **hors du feu** dans le reste de la sauce en remuant à l'aide d'un petit fouet.
- Reporter la sauce à ébullition et la passer **immédiatement** au chinois étamine sur les morceaux.

9. Dresser le civet - 5 min
- Disposer les morceaux dans les plats de service.
- Répartir uniformément la garniture sur le dessus.
- Disposer délicatement les petits oignons glacés, puis les croûtons dont la pointe aura été trempée successivement dans la sauce, puis dans le persil haché.



Civet de lièvre à la française

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte
- 1 grand bahut
- 1 chinois étamine
- 1 planche à découper
- 2 petites calottes
- 1 passoire à queue
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :

- 1 marmite à ragoût
  ou
- 1 rondeau plat avec couvercle
- 1 petite russe
- 1 petite poêle ronde
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- grands légumiers ou cocottes (bi-métal)
- dessous de plats ronds
- papier gaufré

GIBELOTTE DES BRACONNIERS

Quelques heures à l'avance :

1. Détailler deux beaux lapins de garenne en 16 morceaux et les mettre en marinade instantanée

- Les ranger dans un récipient en acier inoxydable avec 0,10 l d'huile d'olive, 0,10 l de vin blanc, 0,080 kg d'échalotes ciselées, quelques fragments de thym et de laurier.
- Couvrir le récipient et le réserver en enceinte réfrigérée.

2. Marquer la gibelotte en cuisson

- Egoutter soigneusement les morceaux.
- Les faire revenir dans un mélange d'huile et de beurre.
- Ajouter les échalotes et les laisser suer durant quelques secondes.
- Dégraisser soigneusement.
- Flamber avec 0,05 l de cognac.
- Déglacer avec 0,50 l de vin blanc et laisser réduire de 2/3.
- Mouiller avec 1 l de fond blanc de veau légèrement lié.
- Ajouter un bouquet garni, une brindille de romarin et deux gousses d'ail dégermées et écrasées.
- Cuire au four et à couvert.

3. Préparer la garniture
(identique à celle du civet)

- 0,250 kg de petits oignons glacés à blanc.
- 0,250 kg de lardons sautés.
- 0,250 kg de champignons de Paris sautés.
- 8 croûtons en pain de mie frits au beurre clarifié.
- Persil haché.

4. Terminer la gibelotte

- Décanter dans un autre rondeau.
- Réduire la sauce, si nécessaire la passer au chinois étamine sur les morceaux.
- Ajouter les lardons et les champignons, laisser mijoter durant quelques minutes.
- Dresser et disposer les petits oignons glacés et les croûtons.
- Servir avec des pommes de terre cuites en robe des champs, des pommes Macaire ou des pommes écrasées à la ciboulette.

PLATS SIMILAIRES

Lapin de garenne vigneronne

- Morceaux de lapin marinés au vin blanc et à l'armagnac, traités en ragoût à blanc.
- Mouiller avec la marinade et du fond blanc de volaille légèrement lié.
- Garnir de petits lardons et de grains de raisin mondés et épépinés.

Lapereau au cidre

- Morceaux de lapereau marinés au cidre, calvados et échalotes grises, traités en ragoût à blanc.
- Faire revenir les morceaux au beurre.
- Ajouter des échalotes ciselées et une brunoise de pommes, flamber au calvados, mouiller avec du cidre sec et au fond blanc de volaille.
- Crémer en fin de cuisson, garnir de quartiers de pommes sautés au beurre.
- Accompagner de pâtes fraîches.



Gibelotte des braconniers



JAMBONNETTES DE CANETONS À L'ORANGE

Cuisses de canetons désossées, farcies avec une farce mousseline de canard aux zestes d'oranges, braisées dans une sauce aigre-douce à l'orange. Les jambonnettes braisées sont accompagnées de segments d'oranges étuvés. **Suggestions de garnitures d'accompagnement** : pommes gaufrettes, soufflées, Dauphine, croquettes, amandines.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- cuisses de canards (8 x 0,250 kg)	kg	2		
- liqueur à base d'orange	l	0,04		
- beurre	kg	0,040		
- huile	l	0,02		
Farce mousseline				
- chair de canard prélevée sur les cuisses	kg	0,300		
- œuf (blanc)	pièce	1		
- crème liquide	l	0,20		
- orange (1 pièce) pour la brunoise	kg	PM*		
- liqueur à base d'orange	l	0,02		
Finition				
- crépine de porc	kg	0,300		
Fond de braisage				
- carottes	kg	0,150		
- oignons	kg	0,150		
- fond brun de canard lié	l	PM		
- bouquet garni	pièce	1		
Fond brun de canard lié				
- carcasses et abattis	kg	1		
- carottes	kg	0,150		
- oignons	kg	0,150		
- tomate (1 grosse)	kg	0,200		
- ail (2 gousses)	kg	0,015		
- fond brun de veau lié	l	1,5		
- bouquet garni	pièce	1		
Gastrique (facultatif)				
- sucre	kg	0,040		
- vinaigre d'alcool	l	0,04		
Sauce à l'orange				
- fond de braisage des canards	l	1		
- orange pour jus et julienne de zestes	kg	PM*		
- citron pour jus et julienne de zestes (1/2 pièce)	kg	0,050		
- liqueur à base d'orange	l	0,04		
Garniture				
- oranges (6 pièces)	kg	1,200		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
** Les zestes sont prélevés sur les oranges de la garniture.*				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*2 h 05 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*1 h 20 à 1 h 30*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Désosser les cuisses des canards - 30 min *(voir p. 253/254)*
- Prélever environ 0,030 kg à 0,040 kg de chair par cuisse pour la réalisation de la farce mousseline. La réserver en enceinte réfrigérée.
- Arroser les cuisses avec un peu de liqueur à base d'orange. Les couvrir et les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Marquer un fond brun de canard en cuisson - 15 min *(voir p. 261)*

4. Préparer les oranges et le citron - 10 min
- Les laver, puis prélever environ 0,150 kg de zestes, à l'aide d'un couteau économe.
- Tailler les zestes en fine julienne.
- En prélever le quart et la tailler en brunoise.
- Blanchir fortement deux fois la julienne et la brunoise.
- Les mettre à macérer séparément avec de la liqueur à base d'orange.
- Peler à vif les oranges, puis lever les segments.
- Réserver le jus d'orange qui s'écoule.

5. Confectionner la farce mousseline de canard - 10 min *(voir p. 325/327)*
- Y ajouter la brunoise de zestes et un peu de liqueur.

6. Farcir et confectionner les jambonnettes - 10 min
- Les assaisonner et les garnir avec la farce.
- Leur donner la forme d'une poire et coudre soigneusement la peau afin de les maintenir et de les fermer hermétiquement.
- Les envelopper dans une crépine de porc.

7. Braiser les jambonnettes - 10 min *(voir p. 468/470)*
- Les faire revenir doucement dans un rondeau avec l'huile et le beurre.
- Les placer, côté présentation en premier dans le rondeau (côté peau).
- Dégraisser soigneusement.
- Ajouter la garniture aromatique émincée en grosse paysanne.
- La faire pincer très légèrement.
- Déglacer avec un peu de jus d'orange.
- Mouiller avec le fond brun de canard. Ajouter le bouquet garni.
- Porter à ébullition et cuire à couvert au four à 200 °C, durant 1 h 20 à 1 h 30.

8. Débarrasser les jambonnettes - 5 min
- S'assurer de leur cuisson (une aiguille à brider piquée à l'emplacement de l'articulation doit ressortir sans difficulté).

9. Réaliser la sauce à l'orange - 10 min
- Réaliser une gastrique avec le sucre et le vinaigre.
- Détendre le caramel blond avec du jus d'orange et ajouter le fond de braisage parfaitement dégraissé et passé au chinois étamine.
- Laisser réduire la sauce et la dépouiller si nécessaire.

10. Glacer les jambonnettes - 10 min
- Les déficeler et les arroser avec la sauce sous la salamandre.
- Elles doivent être recouvertes d'une pellicule de sauce très brillante.

11. Terminer la sauce - 5 min
- La tenir très réduite.
- La détendre avec le reste du jus d'orange, de citron et la liqueur.
- Ajouter la julienne de zestes d'orange et de citron.

12. Dresser les jambonnettes - 5 min
- Chauffer les segments dans un peu de sauce et les placer tout autour du plat.
- Disposer les jambonnettes et les napper uniformément.



Jambonnettes de canetons à l'orange

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte
- 1 chinois étamine
- 1 planche à découper
- 2 petites calottes
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :

- 1 cocotte
  ou
- 1 petit rondeau avec couvercle
- 1 sauteuse moyenne
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- grands plats creux ou cocottes (bi-métal)
- dessous de plats
- papier gaufré

FAISANS EN CHARTREUSE (PINTADES, PIGEONS, PERDRIX)

1. Préparer les faisans
- Habiller, brider et barder les deux faisans.
- Les colorer au four à 220/240 °C durant 20 min.

2. Préparer les légumes
- Eplucher et laver 2 kg à 2,500 kg de choux de Milan. Les partager en quatre, ôter les trognons et les faire tremper dans de l'eau vinaigrée, puis les rincer.
- Les blanchir fortement, les rafraîchir et les égoutter soigneusement.
- Tailler 1 kg de carottes et 1 kg de navets longs en carrés ou en rectangles réguliers d'1 cm d'épaisseur.
- Les blanchir, puis les glacer à blanc avec un peu de fond blanc de volaille.
- Les réserver pour le chemisage des moules.
- Découenner 0,300 kg de poitrine demi-sel et 0,300 kg de poitrine fumée.
- Les blanchir fortement (précuisson) durant 30 min environ.
- Piquer et blanchir sans faire bouillir un petit saucisson à pocher (Morteau).

3. Braiser les choux et les faisans
- Faire suer au beurre 0,150 kg de carottes et 0,150 kg d'oignons émincés.
- Ajouter la moitié des choux blanchis, les deux morceaux de poitrine de porc, le saucisson, un bouquet garni, et placer les faisans au centre.
- Recouvrir avec le reste des choux.
- Assaisonner et mouiller avec 1,50 l de fond blanc de volaille.
- Ajouter un bouquet garni et recouvrir avec des couennes ou de la barde de porc.
- Braiser à couvert au four à 200 °C, durant 45 min à 1 heure.

4. Foncer les chartreuses
- Garnir le fond et les parois de deux moules à soufflé copieusement beurrés avec les motifs de carottes et de navets.
- Réaliser un damier ou une mosaïque, en alternant les couleurs.
- Masquer l'intérieur avec une fine couche de farce mousseline de faisan ou de volaille (pour fixer les éléments de décor).
- Disposer une couche de choux braisés soigneusement égouttés et pressés.
- Ajouter les morceaux de faisans désossés, des tranches de poitrine de porc et de saucisson.
- Compléter les moules avec le reste des choux.
- Presser fortement.

5. Cuire les chartreuses
- Les couvrir et les cuire au bain-marie au four à 200 °C durant environ 30 min.

6. Confectionner le fond d'accompagnement
- Faire pincer au four les carcasses et les abattis des faisans.
- Ajouter une fine brunoise de carottes et d'oignons.
- Déglacer avec 0,02 l de cognac. Flamber et ajouter 0,80 l de fond brun de gibier à plumes ou de volaille, légèrement lié.
- Réduire, dépouiller et passer au chinois étamine.

7. Dresser les chartreuses
- Sortir les moules du four. Les laisser reposer durant quelques minutes pour que la garniture se tasse bien.
- Egoutter le liquide qui s'en échappe et démouler les chartreuses sur des grands plats ronds.
- Lustrer les légumes au beurre à l'aide d'un pinceau. Disposer un cordon de fond tout autour et le reste en saucière.

PLATS SIMILAIRES

Perdrix braisées aux choux *(voir p. 478/479)*

- Perdrix habillées, bridées en entrée, bardées et colorées au four comme ci-contre.
- Elles sont braisées avec des choux de Milan, du lard, un saucisson à pocher et une garniture aromatique.
- Dresser avec les choux et la garniture soigneusement disposée.
- Servir avec un fond de gibier réalisé avec les os et les abattis des perdrix.

REMARQUE : La même préparation peut être servie avec des perdreaux rôtis, les perdrix servent uniquement à parfumer les choux.

Canetons braisés nivernaise

- Canetons rissolés et braisés dans un fond de canard corsé et légèrement lié.
- Glacer soigneusement à l'entrée d'un four très chaud ou sous la salamandre.
- Accompagner avec une garniture nivernaise composée de carottes et de navets tournés et de petits oignons glacés, de laitues braisées et de petites pommes à l'anglaise ou éventuellement château.



Faisan en chartreuse



MAGRET DE CANARD AU POIVRE VERT

Suprêmes de canard gras (mulard) sautés sur peau, servis rosés avec une sauce brune au poivre vert obtenue en déglaçant les sucs caramélisés dans le récipient de cuisson avec du vin blanc et du fond brun de canard légèrement lié et crémé. Suggestions de garnitures d'accompagnement : pommes Darphin, anna, sautées à cru, sarladaise, cocotte, noisettes, parisienne, Parmentier, …

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Elément de base				
- magrets* de canards (mulard) (4 x 0,400 kg)	kg	1,600		
- beurre	kg	0,020		
- huile d'arachide	l	0,02		
Sauce				
- cognac	l	0,04		
- vin blanc	l	0,10		
- fond brun de canard légèrement lié et corsé	l	0,40		
- poivre vert	kg	0,080		
- crème liquide	l	0,10		
- beurre	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
** **REMARQUE** : L'appellation magret est réservée uniquement aux suprêmes de canard gras et d'oie destinés à la fabrication du foie gras. Les magrets peuvent être remplacés par des suprêmes de canard de Barbarie moins épais, dans ce cas diminuer légèrement la durée de cuisson.*				
Coût matières pour 8 couverts			…… €	
Coût matières pour 1 couvert			…… €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***45 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			***10 à 12 min + 10 min de repos***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les magrets - 10 min *(voir p. 253)*
- Les parer, les dénerver, supprimer tous les éventuels vaisseaux sanguins.
- Les arrondir en parant et en supprimant un peu de graisse, quadriller (inciser) le reste en veillant à ne pas atteindre la chair.

3. Marquer les magrets en cuisson - 15 min *(voir p. 410/411)*
- Les assaisonner puis les saisir dans un sautoir ou dans un petit rondeau plat avec très peu d'huile et très peu de beurre.
- Les placer côté peau grasse en premier et les cuire durant 7 à 8 min sur cette face afin de faire fondre la graisse.
- Les retourner à l'aide d'une spatule et finir la cuisson durant quelques minutes selon l'à point de cuisson souhaité par le client (sans indication particulière du client, les maintenir rosés).
- Dégraisser le sautoir et flamber les magrets avec le cognac.
- Les débarrasser sur une plaque munie d'une grille et les réserver au chaud.

4. Réaliser la sauce - 15 min
- Déglacer les sucs caramélisés avec le vin blanc et le laisser réduire des 3/4.
- Ajouter le fond brun de canard légèrement lié puis le poivre vert.
- L'écraser un peu avec le dos d'une cuillère pour qu'il dégage un maximum de parfum.
- Crémer puis réduire la sauce à nouveau.
- Vérifier l'onctuosité, la couleur et l'assaisonnement.
- Monter sans excès la sauce au beurre.

5. Dresser les magrets - 5 min
- Escaloper les magrets (facultatif). Ils peuvent être escalopés en salle devant le client (dans ce cas ôter la peau, escaloper les magrets en tranches épaisses et replacer la peau sur les escalopes pour les protéger).
- Disposer les suprêmes en diagonale sur le plat de service, la peau sur le dessus.
- Verser la sauce tout autour.

__REMARQUE :__ Lorsque les magrets sont escalopés en cuisine, ils ne sont jamais nappés avec la sauce (risque de sur-cuisson et de modification de la couleur).



Magret de canard au poivre vert

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 petite grille
- 1 petit bain-marie

Matériel de cuisson :

- 1 grand sautoir
  ou
- un rondeau plat

Matériel de dressage :

- grands plats ovales ou grandes assiettes

AIGUILLETTES DE CANARD DE CHALLANS AU JUS DE TRUFFES PARMENTIER ET CONFIT À LA FLEUR DE SEL

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réchauffer le confit

- Réchauffer lentement 4 cuisses de canard confites dans un peu de graisse de canard avec deux gousses d'ail, du poivre noir écrasé et un petit bouquet de thym frais.

3. Cuire les pommes de terre pour le «Parmentier»

- Cuire 1 kg de grosses pommes de terre Bintje au four sur un lit de gros sel durant 1 heure minimum à 200 °C (elles peuvent être enveloppées dans du papier aluminium).

4. Sauter 4 suprêmes de canard de Barbarie de 0,250 kg chacun

- Les sauter avec très peu de matière grasse côté peau en premier. Les maintenir rosés.

5. Réaliser une sauce courte par déglacage

- Dégraisser le sautoir et déglacer les sucs avec 0,10 l de vin rouge tanique et 0,05 l de jus de truffes.
- Réduire, ajouter 0,40 l de fond brun de canard corsé et légèrement lié puis réduire à nouveau.
- Tamponner la sauce et la réserver à couvert au bain-marie.

6. Terminer le confit

- Egoutter et éponger soigneusement les cuisses, enlever la peau, les désosser et effilocher la chair à l'aide d'une fourchette.
- Remettre la chair dans une sauteuse et la laisser mijoter lentement avec un peu de sauce et de fleur de thym.

7. Terminer et écraser les pommes de terre

- Eplucher les pommes de terre brûlantes, écraser grossièrement la pulpe à la fourchette et incorporer tout en écrasant 0,050 kg de beurre, 0,10 l de crème, un petit filet d'huile d'olive et un bottillon de ciboulette ciselé.

8. Dresser les aiguillettes de canard

- Dresser au centre de chaque assiette à l'aide d'un petit cercle à entremets de 4 à 5 cm de hauteur un couche de pommes de terre écrasées, une couche de confit effiloché et terminer par une couche de pommes de terre.
- Disposer harmonieusement trois belles aiguillettes de suprême par assiette.
- Verser un petit cordon de sauce tout autour.
- Décorer avec des pluches de cerfeuil, une petite brindille de thym en fleur soigneusement lavée ou éventuellement une petite tranche de poitrine fumée séchée.

PLATS SIMILAIRES

Suprêmes de canetons caramélisés au miel d'acacia et aux épices

1. Mettre en place le poste de travail

2. Parer, dénerver, dégraisser et inciser (quadriller la peau grasse) de 8 suprêmes de canetons de Barbarie de 0,220 kg chacun

- Les réserver en enceinte réfrigérée.

3. Préparer le caramel épicé

- Verser 0,160 kg de miel d'acacia dans une sauteuse, ajouter 0,010 kg de cardamome, 0,010 kg de coriandre en grains, 2 clous de girofle, 5 anis étoilés, 5 baies de genévrier, une pincée de gingembre, quelques râpures de muscade, un petit morceau de bâton de cannelle et une noix de beurre.
- Cuire doucement afin d'obtenir un caramel blond.
- Arrêter la cuisson (décuire) avec un filet de vinaigre de xérès.
- Laisser infuser.

4. Sauter les suprêmes de canetons

- Les assaisonner et les cuire aux 3/4 sur la peau.
- Les retourner et les badigeonner avec le caramel épicé à l'aide d'un pinceau.
- Terminer la cuisson des suprêmes au four ou sous la salamandre afin d'obtenir une belle coloration brillante.

5. Terminer la sauce

- Débarrasser les suprêmes et les réserver au chaud.
- Déglacer le sautoir avec un filet de vinaigre et le faire réduire.
- Ajouter 0,40 l de fond brun de canard corsé légèrement lié.
- Réduire la sauce, vérifier l'assaisonnement et la monter au beurre sans excès.

6. Dresser les suprêmes

- Napper le fond des assiettes avec la sauce.
- Escaloper les suprêmes en deux et les disposer harmonieusement en les décalant légèrement.
- Servir avec, par exemple, de la polenta aux fruits secs, de la purée de céleri-rave caramélisée au miel ou des pommes croquettes aux amandes.



Parmentier au confit de canard



CARI POULET

Plat familier de la cuisine réunionnaise et malbar, à base de morceaux de poulet cuits dans une sauce courte et réduite à base d'oignons, de tomates et parfumée au curcuma et au gingembre.
Suggestions de garnitures d'accompagnement : il est d'usage d'accompagner les caris de riz blanc, de rougails* diverses, de grains (haricots du Cap par exemple) et de brèdes*.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- poulets label rouge P.A.C. très fermes (2 x 1,400 kg)	kg	2,800		
- huile d'archide	l	0,10		
Garniture				
- oignons (2 pièces)	kg	0,400		
- tomates (grosses)	kg	0,800		
- ail (4 gousses)	kg	0,030		
Fond blanc				
- carcasses et abattis	kg	PM		
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- poireaux (blancs)	kg	0,100		
- céleri en branches	kg	0,050		
- clou de girofle	pièce	2		
- bouquet garni	pièce	1		
ou				
- fond blanc de volaille déshydraté	kg	0,040		
Accompagnement (rougail tomates)				
- tomates (grosses)	kg	0,200		
- piment vert	kg	PM		
- gingembre frais	kg	PM		
- oignons	kg	0,050		
Epices, condiments et assaisonnement				
- gingembre	kg	PM		
- clous de girofle	kg	PM		
- poivre en grains	kg	PM		
- curcuma	kg	PM		
- bouquet garni avec une feuille de quatre-épices* et une brindille de thym vert	pièce	1		
- sel gros		PM		
- sel fin		PM		
** **Quatre-épices :** Feuille d'un arbuste d'origine indienne appelé également ravinsara.*				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 30 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON *(selon la fermeté de la volaille)*			***35 à 40 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Habiller et détailler chaque poulet en huit morceaux - 20 min *(voir p. 237 et 246)*

3. Marquer un fond blanc de volaille corsé avec les carcasses et les abattis - 15 min *(voir p. 264/266)*

4. Préparer la garniture - 15 min
- Monder, épépiner et concasser les tomates.
- Eplucher, laver, dégermer les gousses d'ail.
- Eplucher, laver et ciseler finement les oignons.

5. Piler les épices et les condiments - 5 min
- Piler dans un mortier (pilon calou) l'ail, le gingembre, le poivre, les clous de girofle et le gros sel (ou utiliser du sel fin).

6. Marquer le cari en cuisson - 15 min
- Faire revenir les morceaux de poulet dans une marmite en fonte d'aluminium (ou dans un rondeau plat) avec l'huile.
- Placer les morceaux de poulet, le côté peau en premier dans le récipient et les faire «roussir» uniformément sur toutes les faces durant une quinzaine de minutes (à ce stade, les morceaux doivent être presque cuits).
- Dégraisser si nécessaire.
- Ajouter le mélange pilé et mélanger délicatement durant quelques minutes puis ajouter les tomates concassées.
- Saupoudrer avec le curcuma et mouiller à mi-hauteur des morceaux de poulet avec le fond blanc de volaille.
- Ajouter le bouquet garni, porter à ébullition.
- Réduire le feu et laisser réduire lentement durant une vingtaine de minutes.

7. Réaliser le «rougail* tomates» (rougail pilon) - 10 min
- Ecraser dans un mortier le piment, le gros sel et le gingembre.
- Ajouter les tomates taillées en petits dés et les oignons ciselés et presser l'ensemble sans écraser. Le gingembre peut être remplacé par du combava, des feuilles de menthe ou de cotomili (coriandre).

8. Terminer la sauce - 2 min
- Surveiller la réduction, la sauce doit être courte et très réduite.
- La dégraisser soigneusement.
- Vérifier l'assaisonnement.

9. Dresser le cari - 3 min
- Répartir les morceaux dans un légumier.
- Orienter les manches des ailes et des cuisses vers le centre du plat.
- Napper uniformément.
- Disposer le légumier sur un plat rond recouvert d'un papier gaufré.
- Dresser le rougail* à part en saucière.

REMARQUES :
** **Rougail pilon :** Condiment accompagnant des caris et autres plats réunionnais composé d'ingrédients divers (oignons, tomates, gingembre, mangue, z'evis, z'avocat, …) taillés en petits dés, pressés ou écrasés dans un mortier avec du piment et parfois de l'huile.*
** **Brèdes :** Nom générique des feuilles cultivées ou sauvages servies en accompagnement des plats principaux (brèdes morelle, chouchou, pariétaire, songe, citrouille, cresson, …). Les brèdes sont traitées en bouillon ou en «fricassée» très épicé avec oignons, ail, piment, tomate et gingembre.*



Cari poulet

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 pilon calou (mortier)
- 1 grande calotte

Matériel de cuisson :

- 1 marmite en fonte d'aluminium (cocotte) ou
- 1 petit rondeau plat
- 1 grande russe
- 1 chinois étamine

Matériel de dressage :

- légumiers
- dessous de légumiers
- papier gaufré

POULET MASSALÉ*

1. Mettre en place le poste de travail

2. Habiller et détailler en huit morceaux, deux poulets labellisés très fermes de 1,200 kg chacun

3. Marquer un fond blanc de volaille corsé avec les carcasses et les abattis

4. Préparer la garniture

- Monder, épépiner et concasser 0,800 kg de tomates.
- Eplucher, laver et dégermer 4 gousses d'ail.
- Eplucher, laver et ciseler finement 0,500 kg d'oignons.
- Réaliser un bouquet garni avec en plus, deux petites branches de calou pilé (petit arbuste dont les feuilles constituent une épice essentielle de la cuisine des Malbars).

5. Piler les épices et les condiments

- Piler dans un mortier, les gousses d'ail, 0,040 kg de gingembre frais, du poivre en grains, 2 clous de girofle et du gros sel.

6. Marquer le poulet massalé en cuisson

- Faire revenir les morceaux de poulet avec 0,10 l d'huile dans un rondeau plat.
- Les placer côté peau en premier et bien les dorer sur toutes les faces.
- Ajouter en premier les oignons ciselés et les laisser suer durant quelque minutes, puis le mélange pilé, les tomates concassées et le bouquet garni.
- Mélanger à nouveau.
- Saupoudrer avec le curcuma et ajouter le massalé puis remuer délicatement.
- Mouiller très légèrement avec le fond blanc de volaille.
- Cuire lentement à couvert durant une trentaine de minutes.
- Ajouter, 15 min avant la fin de la cuisson, quelques feuilles de calou pilé supplémentaires.

7. Terminer le poulet massalé

- Vérifier la cuisson des morceaux, la réduction de la sauce (qui doit être très réduite) et l'assaisonnement.

8. Dresser le poulet massalé

- Répartir les morceaux dans un légumier en orientant les manches des ailes et des pilons vers le centre du plat.
- Napper avec la sauce et la garniture réduite.
- Disposer le légumier sur un sous-bol recouvert d'une feuille de papier gaufré.

MASSALÉ : Mélange d'épices originaire de l'Inde mais aussi nom de la préparation utilisant ces épices. Mélange de coriandre, de cumin, de van'dyon, de calou pilé et de piment (facultatif). Le tout est grillé, moulu et mélangé selon des proportions précises.

PLATS SIMILAIRES

Colombo de volaille riz créole

1. Réaliser la marinade

- Placer les morceaux de poulet dans un récipient creux avec 0,10 l d'huile d'arachide, le jus de 2 citrons verts, 0,200 kg de cives émincées (oignons pays), 0,200 kg d'oignons finement ciselés, 4 gousses d'ail hachées, 0,002 kg de piment des Antilles bien rouge et très parfumé, 0,005 kg de graines de coriandre et 0,020 kg d'excellente poudre à colombo locale.
- Couvrir le récipient et le réserver durant 12 h en enceinte réfrigérée.

2. Préparer les légumes

- Eplucher, laver et émincer 0,250 kg de pommes de terre Bintje pour la liaison de la sauce.
- Eplucher, laver et tourner 0,800 kg de petites pommes de terre à chair ferme.
- Les tourner de la grosseur des pommes navarin puis les blanchir.
- Laver, éplucher et tailler en tronçons de 4 cm de longueur 0,400 kg de courgettes, 0,400 kg d'aubergines et 0,400 kg de christophines. Les tourner ou arrondir simplement les angles, puis les blanchir.

3. Marquer le colombo en cuisson

- Egoutter les morceaux de poulet de la marinade.
- Les faire revenir sans exagération avec 0,05 l d'huile.
- Dégraisser et ajouter la garniture aromatique de la marinade (ou en rajouter une nouvelle).
- Mouiller avec 1,5 l de fond blanc réalisé avec les carcasses et les abattis des volailles.
- Ajouter un bouquet garni, les pommes de terre Bintje et 0,010 kg de poudre à colombo.
- Cuire à très faible ébullition et à couvert durant 20-25 min.

4. Terminer le colombo

- Décanter les morceaux dans un autre rondeau.
- Passer la sauce au chinois en foulant fortement et remettre en cuisson (les pommes de terre Bintje auront apporté la liaison).
- Ajouter par ordre de durée de cuisson les pommes de terre tournées, les aubergines, les christophines et les courgettes.
- Ajouter 0,010 kg de poudre à colombo détendue avec le jus d'un demi-citron quelques minutes avant la fin de la cuisson.

5. Servir avec un riz créole non beurré



Colombo de poulet, riz créole



▲
Suprême de volaille farçi renaissance



▲
Poitrine de barbarie aux reinettes, jus lié au pommeau



▲
Canetons aux navets

LES GARNITURES D'ACCOMPAGNEMENT



Bref rappel de technologie

Les plats principaux sont accompagnés de deux types de garnitures : la garniture d'appellation ou petite garniture et la garniture ou «légume» d'accompagnement.

Le mariage plat principal, sauce et garniture doit être en parfaite harmonie, l'un mettant en valeur l'autre et réciproquement. Les légumes verts sont préférés en accompagnement des viandes rôties et grillées, les féculents aux plats en sauce.

Les légumes apportent en plus de leur saveur et de leur texture, des éléments supplémentaires et importants en présentation comme en décor (formes, couleurs). Ils doivent être choisis également en fonction de la saison et de la tradition régionale spécifique à la préparation.



Pommes allumettes







Flan d'asperges



Petits pois paysanne



Endives braisées

Techniques mises en œuvre

- **Eplucher et laver des légumes**
- **Tailler des légumes (dés, bâtonnets, ...)**
- **Tourner des légumes**
- **Cuire des légumes à l'anglaise**
- **Cuire des légumes à la vapeur**
- **Cuire des légumes à blanc et dans un blanc**
- **Glacer des légumes à blanc**
- **Cuire des légumes secs**
- **Cuire des pâtes fraîches et industrielles**
- **Cuire du riz créole et pilaf**
- **Sauter des légumes**
- **Rissoler des pommes de terre**
- **Frire des légumes**
- **Braiser des légumes**
- **Réaliser des gratins**



Légumes cuits à l'anglaise et liés au beurre

ASPERGES, CHOUX-FLEURS, CHOUX DE BRUXELLES, MARINS OU CRAMBÉS MARITIMES, BROCOLIS, ROMANESCO, ÉPINARDS, HARICOTS VERTS, PETITS POIS, GRAINES DE LÉGUMINEUSES FRAÎCHES, ETC. (sauf pommes de terre)

Légumes cuits dans une grande quantité d'eau bouillante salée, égouttés puis liés au beurre cru.
Si les légumes sont utilisés en différé, ils sont rafraîchis puis remis en température dans une chauffante, puis liés au beurre au moment de leur utilisation.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- asperges (4 petites bottes)	kg	3,200		
ou				
- brocolis non parés (bruts)	kg	3		
ou				
- choux-fleurs non parés	kg	3		
ou				
- choux de Bruxelles	kg	1,600		
ou				
- épinards ou tétragone	kg	3,200		
ou				
- haricots verts extra-fins	kg	1,200		
ou				
- petits pois écossés	kg	1,200		
ou				
- légumes verts épluchés, parés, lavés (prêts à cuire), frais ou surgelés (0,150 kg par personne)	kg	1,200		
- beurre de crème crue ou beurre extra-fin	kg	0,080		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***35 à 40 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON (selon le légume)			***variable***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.
- Porter à ébullition **une grande quantité d'eau** (5 l environ pour 1 kg de légumes).
- Saler à raison de 0,010 à 0,012 kg de gros sel par litre d'eau.
- Prévoir à proximité un bahut ou une calotte contenant de l'eau glacée pour rafraîchir les légumes.
- Prévoir également une araignée et une passoire pour les égoutter.

2. Eplucher et laver soigneusement les légumes - 15 à 20 min
(voir chapitre «Les légumes»).

3. Cuire les légumes à l'anglaise - 10 min *(voir p. 376)*
- Les plonger dans l'eau bouillante salée en veillant à ne pas en mettre trop pour ne pas arrêter l'ébullition.
- Cuire à découvert le plus rapidement possible.
- Ecumer si nécessaire.
- Contrôler fréquemment l'à point de la cuisson soit en goûtant, soit en pressant délicatement les légumes entre deux doigts.

Légumes servis chauds immédiatement :
- Les égoutter délicatement et les lier au beurre.

Légumes servis froids ou traités en mise en place :
- Les rafraîchir en les plongeant dans le récipient d'eau glacée.
- S'assurer de leur parfait refroidissement.
- Les égoutter soigneusement et délicatement.
- Les débarrasser sous faible épaisseur dans une plaque munie d'une grille.
- Filmer et réserver.

4. Remettre les légumes en température - 5 min
(procédé traditionnel dit «en chauffante»)
- Prévoir une russe contenant de l'eau bouillante salée et une passoire à queue en acier inoxydable.
- Disposer la quantité de légumes à réchauffer dans la passoire et la plonger dans l'eau bouillante durant quelques secondes.
- Egoutter délicatement et soigneusement les légumes.

5. Lier les légumes au beurre - 5 min
- Répartir le beurre découpé en petites parcelles dans une calotte.
- Ajouter les légumes soigneusement égouttés.
- Les sauter délicatement hors du feu afin d'émulsionner le beurre et de préserver son arôme.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Dresser.

REMARQUES :
- *La cuisson des légumes à l'anglaise est une des techniques de cuisson les plus simples. Les légumes doivent être de saison, très frais et d'une excellente qualité gustative (effectuer des tests comparatifs à la livraison).*
- *La cuisson des légumes ne doit pas être exagérée, les légumes sont meilleurs lorsqu'ils sont cuits à la commande sans être rafraîchis et maintenus un peu fermes sous la dent, mais surtout pas craquants. La cellulose ligneuse pas assez cuite est irritante pour le tube digestif.*
- *D'autres techniques de remise en température peuvent être utilisées (polycuiseurs ou multicuiseurs, cuiseurs à vapeur sans pression, enceintes à micro-ondes).*



Choux brocolis et choux-fleurs

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 grandes calottes
- 1 grande passoire
  ou
- 1 grande plaque perforée
- 1 planche à découper
- 1 araignée

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
  ou
- 1 grand rondeau haut
- 1 grande sauteuse

Matériel de dressage :

- légumiers
- sous-bols ronds
- papier gaufré

JARDINIÈRE DE LÉGUMES

1. Mettre en place le poste de travail

2. Eplucher et laver soigneusement tous les légumes *(voir p. 11/12)*

- Eplucher et laver **0,800 kg** de carottes et **0,800 kg** de navets longs.
- Effiler **0,200 kg** de haricots verts extra-fins.
- Réserver **0,200 kg** de petits pois extra-fins.

3. Tailler les légumes *(voir p. 55/56 et 108/109)*

- Tailler les carottes et les navets en bâtonnets réguliers de 3,5 cm à 4 cm de longueur sur 3,5 mm à 4 mm de section.
- Tailler les haricots verts en tronçons de 3,5 cm à 4 cm de longueur.

4. Cuire les légumes à l'anglaise

- Les cuire **séparément** à l'anglaise dans une grande quantité d'eau bouillante salée.
- Vérifier la cuisson, les rafraîchir et les égoutter.

5. Chauffer la jardinière (à la commande)

Première méthode (en chauffante)

- Répartir les légumes dans une passoire et plonger la passoire durant quelques secondes dans une grande russe contenant de l'eau bouillante salée (chauffante).
- Egoutter soigneusement et lier les légumes avec 0,080 kg de beurre en les mélangeant délicatement dans une calotte en acier inoxydable, vérifier l'assaisonnement.

Deuxième méthode (à l'étuvée)

- Placer la jardinière dans une sauteuse avec 0,080 kg de beurre et l'assaisonnement.
- L'étuver à couvert (papier sulfurisé et couvercle) dans un four doux (180 °C) durant environ une dizaine de minutes.
- Mélanger très délicatement à l'aide d'une petite écumoire pour ne pas casser les bâtonnets.

6. Dresser la jardinière

- Vérifier la température et l'assaisonnement.
- La répartir en dôme dans un légumier (ne pas tasser).
- Placer le légumier sur un sous-bol recouvert d'une feuille de papier gaufré.

PLATS SIMILAIRES

Epinards à la crème

- Les épinards sont juste blanchis, rafraîchis puis pressés en boules *(voir p. 377).*
- Les hacher au hachoir à viande ou les mixer. Les dessécher dans une sauteuse avec du beurre noisette.
- Ajouter de la crème double et laisser réduire.
- Assaisonner (sel, poivre du moulin et noix de muscade). Dresser en dôme et disposer un cordon de crème réduite tout autour.

REMARQUE : Il est courant de lier les épinards avec de la sauce Béchamel fortement crémée, et de disposer tout autour des croûtons de pain de mie frits au beurre clarifié.

Fèves fraîches au beurre ou à la crème

- Ecosser les fèves puis dépouiller les graines de la peau qui les recouvre (dérober).
- Les cuire dans de l'eau bouillante additionnée d'un bouquet de sarriette ou de toute autre plante carminative, puis saler l'eau en fin de cuisson.
- Les égoutter puis les lier au beurre, ou au beurre et à la crème. Les parsemer de sarriette fraîchement hachée.

Graines de légumineuses fraîches (cocos, flageolets frais)

- Ecosser les haricots et les cuire à l'anglaise dans une grande quantité d'eau bouillante salée.
- Les égoutter et les lier au beurre, à la crème, au jus de viande ou les parsemer de fines herbes fraîchement hachées ou ciselées *(voir p. 98/99 et 376).*



Jardinière de légumes



POMMES DE TERRE À L'ANGLAISE

Pommes de terre à chair ferme, tournées de la grosseur d'un petit œuf, cuites à l'anglaise (eau froide salée au gros sel au départ) ou cuites à la vapeur. Elles accompagnent le plus souvent les poissons pochés et les viandes en sauce (ragoûts, civets, ...).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- pommes de terre à chair ferme (Belle de Fontenay, B.F. 15, Charlotte, Roseval, Ratte,...)	**kg**	**2* à 2,500**		
- eau	**l**	**PM**		
Assaisonnement				
- gros sel		**PM**		
** Remarque : dans le cas de parures importantes, il est nécessaire d'augmenter cette quantité.*				
Coût matières pour 8 couverts			**...... €**	
Coût matières pour 1 couvert			**...... €**	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***35 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			***18 à 20 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Eplucher et laver les pommes de terre - 10 min *(voir p. 125)*

3. Tourner les pommes de terre - 15 min
- Les choisir de la taille la plus proche du modèle à réaliser.
- Les tourner de la forme d'un petit œuf en limitant les parures *(voir p. 133/134).*
- Les rincer soigneusement.

4. Marquer les pommes de terre en cuisson - 5 min
(voir p. 372/373)
- Disposer les pommes tournées dans une russe de grandeur appropriée.
- Mouiller à l'eau froide.
- Saler au gros sel.
- Porter à ébullition.
- Cuire à très faible ébullition durant une vingtaine de minutes.
- Ecumer si nécessaire.
- S'assurer de la cuisson des pommes de terre en les sondant à l'aide d'une aiguille à brider.
- Arrêter la cuisson des pommes de terre en ajoutant quelques glaçons ou un peu d'eau froide **(ne jamais les rafraîchir)**.
- Réserver les pommes à l'anglaise à une température voisine de 80/90 °C durant le service.

Pommes de terres cuites à la vapeur :
- Disposer les pommes de terre tournées dans la partie supérieure d'une marmite à pommes vapeur.
- Remplir la partie inférieure d'eau salée.
- Cuire à couvert durant une vingtaine de minutes.
- Servir dans une marmite spéciale à pommes vapeur.

5. Dresser les pommes à l'anglaise - 2 min
- Les égoutter délicatement et les dresser dans un légumier.
- Disposer le légumier sur un sous-bol recouvert d'une feuille de papier gaufré.

REMARQUES :
- *Pour être savoureuses, les pommes de terre à l'anglaise ou à la vapeur doivent être cuites juste au moment du service. **En aucun cas, on ne doit les rafraîchir, ni les réchauffer** (elles perdent une partie de leur saveur et acquièrent parfois un mauvais goût dit de «réchauffé»).*
- *Les pommes à l'anglaise ou à la vapeur sont servies impérativement «nature», sans addition de beurre ni de persil.*



Pommes de terre à l'anglaise



Pommes de terre à la vapeur



Pommes persillées

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 2 calottes moyennes
- 1 planche à découper
- 1 bahut moyen
- 1 grande passoire

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
  ou
- 1 rondeau plat
  ou
- 1 plaque perforée
  ou
- 1 marmite à pommes vapeur

Matériel de dressage :

- légumiers ou marmites à pommes vapeur
- sous-bols ronds
- papier gaufré

PLATS SIMILAIRES

Pommes persillées

- Cuire les pommes de terre à l'anglaise ou à la vapeur.
- Les rouler dans le beurre cru et dans le persil fraîchement haché (peut être réalisé avec du cerfeuil ou de la menthe hachée).

Pommes de terre en robe des champs

- Laver et brosser soigneusement les pommes de terre.
- Les cuire à l'anglaise départ eau froide, saler au gros sel et écumer si nécessaire.
- Cuire lentement durant une vingtaine de minutes.
- S'assurer de leur cuisson en les piquant à l'aide d'une aiguille à brider.
- Selon l'utilisation, les éplucher brûlantes ou les rafraîchir légèrement.

Pommes de terre à la crème

- Les cuire en robe des champs, les éplucher brûlantes et les détailler en rondelles régulières.
- Les disposer dans une sauteuse. Ajouter de la crème.
- Réduire délicatement sans abîmer les rondelles de pommes de terre.
- Elles peuvent être saupoudrées de persil haché (pommes de terre maître d'hôtel).

Pommes de terre au safran ou au curcuma

- Parfumer l'eau de cuisson des pommes de terre avec un peu de safran (ou de spigol) ou de curcuma, les pommes de terre présenteront une belle couleur orangée.

Salade de pommes de terre

(accompagnement du saucisson chaud ou des harengs marinés)

- Cuire les pommes de terre en robe des champs.
- Les éplucher brûlantes et les détailler en rondelles régulières, puis les arroser de vin blanc sec bouillant.
- Les assaisonner avec une sauce vinaigrette moutardée et les saupoudrer d'échalotes grises ciselées et de persil haché.



POMMES PURÉE OU PURÉE PARMENTIER

Pommes de terre de conservation cuites à l'anglaise, réduites en purée et additionnées de beurre, de lait, ou de lait et de crème. La pomme purée accompagne principalement les préparations «rustiques» en sauce à base de porc (côtes, rôti, travers, boudin, hachis Parmentier, ...).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- pommes de terre de conservation (Bintje)	kg	2		
- beurre	kg	0,080 à 0,160*		
- lait	l	0,50 à 0,60		
ou				
- lait	l	0,30		
et				
- crème fleurette	l	0,30		
Finition				
- beurre (pour tamponner)	kg	0,020		
- lait	l	0,10		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- noix de muscade (facultatif)		PM		
** La quantité de beurre peut être augmentée et la quantité de lait diminuée*				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*40 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*20 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les pommes de terre - 15 min
- Eplucher et laver les pommes de terre.
- Les découper en gros morceaux. Si elles ne sont pas très grosses, les laisser entières (détaillées en petits morceaux, les pommes de terre cuisent plus rapidement mais se gorgent d'eau et absorbent beaucoup moins de lait et de beurre).
  Certains professionnels cuisent les pommes de terre au four avec la peau sur un lit de gros sel.

3. Marquer les pommes de terre en cuisson - 5 min
- Les placer dans une russe et les recouvrir d'eau froide.
- Saler au gros sel et porter à ébullition.
- Ecumer et cuire lentement durant une vingtaine de minutes.

4. Réaliser la pommes purée - 10 min
- S'assurer de la cuisson des pommes de terre (elles doivent être juste cuites).
- Les égoutter et les sécher à l'entrée d'un four durant quelques minutes.
- Les passer rapidement au moulin à légumes puis remettre la pulpe dans le récipient de cuisson.
- Travailler la pulpe sur un feu doux en ajoutant progressivement le beurre en parcelles et le lait bouillant, ou le mélange de lait et de crème.
- Vérifier l'assaisonnement. Si nécessaire, diluer le sel fin dans un peu de lait bouillant et l'ajouter à la pommes purée.
- Débarrasser la pommes purée dans un bahut en acier inoxydable.
- Tamponner la surface avec un peu de beurre ou verser un peu de lait bouillant.
- Couvrir le récipient et le réserver au bain-marie.

5. Dresser la pommes purée - 5 min
- Donner un léger coup de fouet afin d'incorporer le beurre et le lait de surface, et pour l'homogénéiser.
- La dresser en dôme dans un légumier, lisser et strier la surface à l'aide d'une spatule métallique.

REMARQUE : Une excellente pommes purée doit être réalisée pratiquement à la commande et servie immédiatement. Elle perd toute sa saveur si elle est réchauffée ou remise en température.



Pommes purée

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 1 planche à découper
- 1 moulin à légumes
  ou
- 1 tamis et 1 pilon
- 1 grand bahut
- 1 passoire

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
- 1 petite russe
  ou
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- légumier
- dessous de légumier
- papier gaufré

PURÉE DE LÉGUMES

- La plupart des légumes peuvent être traités en purée et plus spécialement les légumes riches en amidon (pois cassés, flageolets, marrons, etc.). Les purées de ces légumes sont obtenues en passant les légumes au moulin ou au travers d'un tamis et en desséchant la pulpe sur le feu avec du beurre et de la crème.

- Les légumes riches en eau (haricots verts, asperges, choux-fleurs, céleri-rave, etc.) nécessitent l'addition d'une purée complémentaire plus consistante (pommes de terre) ou du riz cuit à l'eau et réduit en purée (base des potages purées de légumes frais).

Exemples :
- *Une purée de haricots verts peut être additionnée de purée de flageolets.*
- *Une purée de patates douces peut être additionnée de purée de marrons ou de pommes de terre.*

Exemples d'appellations classiques de purées de légumes :

• **purée d'asperges blanches**	***purée Argenteuil***
• **purée de petits pois frais**	***purée Clamart***
• **purée de pois cassés**	***purée Saint-Germain***
• **purée de haricots rouges**	***purée Condé***
• purée de lentilles	*purée Conti ou Esaü*
• purée de carottes et riz	*purée Crécy au riz*
• purée de carottes	*purée Vichy*
• purée de choux-fleurs	*purée Dubarry*
• purée de haricots verts	*purée Favorite*
• purée de navets	*purée Freneuse*
• purée de flageolets	*purée Musard*
• purée de topinambours et de pommes de terre	*purée Palestine*
• purée d'oignons et riz	*purée Soubise*
• purée de fonds d'artichauts	*purée Rachel*
• purée de céleri-rave et de pommes de terre	*purée Champenoise*
• purée de potiron et de pommes de terre	*purée Marianne*

PLATS SIMILAIRES

Pommes purée gratinée ou pommes de terre Mont-Dore

- Réaliser une pommes purée riche en beurre et en crème. La dresser en dôme dans un plat à gratin beurré. Lisser et strier la surface à l'aide d'une spatule métallique. Saupoudrer de gruyère râpé et tamisé. Arroser de beurre fondu. Gratiner au four sous la salamandre.

Pommes mousseline

- Pommes purée montée au fouet et additionnée de crème fouettée. Il est possible également de lui incorporer des jaunes d'œufs, de l'arroser de beurre fondu et de la glacer vivement dans un four brûlant.

Pommes écrasées à la ciboulette, à l'huile d'olive, à la crème d'ail, etc.

- Cuire des grosses pommes de terre avec leur peau sur un lit de gros sel. Les partager en deux et extraire la pulpe immédiatement à l'aide d'une cuillère. Ecraser la pulpe grossièrement et rapidement avec une fourchette en incorporant selon l'utilisation, du beurre, de la crème d'ail, des herbes ciselées, de l'huile d'olive, etc.

Pommes Macaire

- Travailler la pulpe de grosses pommes de terre cuites au four sur un lit de gros sel, à l'aide d'une fourchette. Assaisonner et incorporer 0,100 kg de beurre pour 1 kg de pulpe. Façonner des petites galettes à l'aide d'un petit cercle à entremets. Dorer des deux côtés au beurre clarifié dans une poêle anti-adhésive.



Assortiment de purées (carottes, céleri, brocoli)



CHAMPIGNONS, FONDS D'ARTICHAUTS, CARDONS, CÔTES DE BLETTES, FENOUIL TUBÉREUX, SALSIFIS, CROSNES, CÉLERI-RAVE, MOELLE DE VÉGÉTAUX DIVERS

Cuire à blanc ou cuire dans un blanc permet de cuire des légumes particulièrement sensibles à l'oxydation (légumes qui noircissent facilement à l'air ou durant la cuisson) dans un liquide citronné, huilé ou beurré en surface afin de leur préserver leur couleur blanche originelle. La plupart de ces légumes sont ensuite sautés ou étuvés au beurre ou liés à la crème. Ils entrent dans la composition de nombreuses garnitures.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Champignons cuits à blanc				
Eléments de base pour petite garniture				
- champignons de Paris très blancs et fermes	**kg**	**0,250**		
Cuisson				
- eau	**l**	**0,10**		
- citron (1/2 pièce)	**kg**	**0,050**		
- beurre	**kg**	**0,020**		
- sel fin		**PM**		
Fonds d'artichauts cuits à blanc				
Eléments de base				
- artichauts à tourner (8 x 0,350 kg)	**kg**	**2,800**		
- citron (1 pièce)	**kg**	**0,100**		
Cuisson				
- eau	**l**	**1,5**		
- citrons (2 pièces)	**kg**	**0,200**		
- huile	**l**	**0,08**		
- gros sel	**kg**	**PM**		
Coût matières pour 8 couverts			**...... €**	
Coût matières pour 1 couvert			**...... €**	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***25 à 30 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON (selon le légume)			***variable***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

Champignons cuits à blanc *(voir p. 390)*

1. Mettre en place le poste de travail - 2 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Eplucher et laver les champignons - 10 min *(voir p. 66/67)*

3. Préparer la cuisson - 3 min
- Réunir dans une petite russe ou dans une petite sauteuse 0,10 l d'eau* pour 0,250 kg de champignons, 0,020 kg de beurre et le jus d'un demi-citron.
- Saler au sel fin.
- Porter à ébullition.

4. Tailler les champignons et les marquer immédiatement en cuisson - 8 min
- Les tailler en quartiers, ou les escaloper, ou les tourner selon leur utilisation.
- **Les plonger dans la cuisson bouillante.**
- Couvrir avec une feuille de papier sulfurisé.
- Cuire durant 5 à 6 min.

5. Débarrasser les champignons - 2 min
- **Les débarrasser dans une petite calotte avec la cuisson.**
- Les refroidir rapidement.
- Filmer ou couvrir, réserver.

REMARQUE : Les champignons cuits à blanc sont généralement utilisés comme "petite garniture" accompagnant par exemple la blanquette de veau à l'ancienne, la fricassée de volaille, etc.

** Il faut très peu d'eau pour cuire les champignons, ils en contiennent naturellement beaucoup. Ils ne sont jamais égouttés et toujours réservés dans leur cuisson.*

Fonds d'artichauts cuits à blanc *(voir p. 388/389)*

1. Mettre en place le poste de travail - 2 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Tourner les artichauts et les citronner - 20 min *(voir p. 44)*
- Eliminer le foin à l'aide d'une cuillère à pommes parisienne et réserver les fonds d'artichauts dans de l'eau citronnée (le foin peut être éliminé après cuisson).

3. Préparer la cuisson - 3 min
- Porter à ébullition la quantité d'eau juste nécessaire pour immerger les fonds d'artichauts.
- Ajouter le jus de citron (et non des demi-citrons avec la peau).
- Saler au gros sel.
- Ajouter les fonds d'artichauts dans l'eau en ébullition.
- Verser l'huile.
- Couvrir d'une feuille de papier sulfurisé.
- Cuire lentement durant 20 à 35 min.

4. Débarrasser les fonds d'artichauts - 2 min
- S'assurer de leur cuisson en les piquant à l'aide d'une aiguille à brider.
- **Les débarrasser avec la cuisson** en veillant à ce qu'ils soient bien immergés.
- Refroidir rapidement.
- Filmer et réserver.

REMARQUE : L'utilisation de jus de citron modifie le pH et permet de cuire les légumes dans un liquide plus acide. Le beurre ou l'huile isole le légume de l'oxygène de l'air et limite les risques d'oxydation.


Champignons cuits à blanc

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande passoire
- 1 petite calotte
- 1 chinois étamine
- 2 grandes calottes
- 1 presse-citron
- 1 planche à découper

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
  ou
- 1 grande sauteuse

Matériel de dressage :

- légumiers
- sous-bols ronds
- papier gaufré

CUIRE DES LÉGUMES DANS UN BLANC (côtes de blettes, cardons, salsifis, fenouil tubéreux)

Le blanc est une préparation sans aucune valeur culinaire, ayant pour simple but de conserver la couleur blanche des légumes.

1. Eplucher et laver les légumes
(voir chapitre «Les légumes»)

2. Préparer le blanc

- Mettre à bouillir 2 l d'eau dans une grande russe.
- Saler au gros sel.
- Délayer 0,030 à 0,035 kg de farine avec un peu d'eau froide et le jus de 2 citrons.
- Verser progressivement le mélange dans l'eau bouillante en remuant à l'aide d'un fouet.

3. Marquer les légumes en cuisson

- Plonger les légumes dans le blanc bouillant.
- Recouvrir d'huile ou de graisse de rognons de veau hachée.
- Placer une feuille de papier sulfurisé et cuire lentement à faible ébullition.

REMARQUES :

- ***Les légumes cuits dans un blanc sont débarrassés, puis refroidis rapidement dans leur cuisson. Ils ne sont égouttés qu'au moment de leur utilisation.***
- *La cuisson sous vide permet de cuire les légumes sensibles au noircissement sans risque d'oxydation et donne un résultat remarquable.*

PLATS SIMILAIRES

Fonds d'artichauts florentine

- Fonds d'artichauts cuits à blanc puis étuvés au beurre, garnis d'épinards sautés au beurre noisette.
- Napper de sauce Mornay et gratiner.

Fonds d'artichauts Argenteuil

- Fonds d'artichauts cuits à blanc puis étuvés au beurre, garnis de pointes d'asperges blanches.
- Napper les asperges de sauce hollandaise.
- Glacer sous la salamandre.

Cardons à la moelle et au gratin

- Cuire les cardons dans un blanc, les faire revenir au beurre puis les napper d'une sauce moelle (sauce bordelaise au vin blanc tomatée).
- Disposer des lames de moelle dégorgées et pochées.
- Saupoudrer de parmesan tamisé, gratiner au four.

Salsifis et côtes de blettes à la crème

- Les cuire dans un blanc léger, les égoutter et les étuver au beurre.
- Ajouter la crème et réduire.
- Aciduler avec une goutte de jus de citron.
- Saupoudrer de persil fraîchement haché.


Fenouil meunière



CAROTTES, NAVETS, PETITS OIGNONS, COURGETTES, CONCOMBRES, CÉLERI-RAVE, ETC.

Légumes généralement tournés ou levés à la cuillère à racine, cuits à couvert avec un peu d'eau, de beurre, de sucre et un peu de sel fin. En fin de cuisson, l'eau s'est évaporée et les légumes sont enrobés d'une pellicule brillante composée de beurre et de sucre de la cuisson, ou caramélisés comme dans le cas des petits oignons glacés à brun. Les petits légumes glacés sont généralement servis en «petite garniture d'appellation» (à l'ancienne, grand-mère, bourguignonne).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Petits oignons glacés à blanc et à brun (garniture d'appellation)				
Eléments de base pour petite garniture d'appellation				
- petits oignons	kg	0,250		
- beurre	kg	0,020		
- sucre semoule	kg	0,010		
- eau	l	PM		
Légumes glacés à blanc utilisés seuls (garniture d'accompagnement)				
Eléments de base				
- carottes	kg	1,600		
ou				
- navets	kg	1,600		
ou				
- courgettes	kg	1,600		
ou				
- concombres	kg	1,600		
ou				
- pâtissons	kg	1,600		
ou				
- christophines	kg	1,600		
- beurre	kg	0,080		
- sucre semoule	kg	0,040		
- eau	l	PM		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*35 à 40 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON (selon le légume)			*variable*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Eplucher et laver soigneusement les légumes - 10 min
(voir chapitre «Les légumes»)

3. Tourner les légumes ou les lever à la cuillère à racine, puis les relaver - 15 à 20 min *(voir chapitre «Les légumes»).*

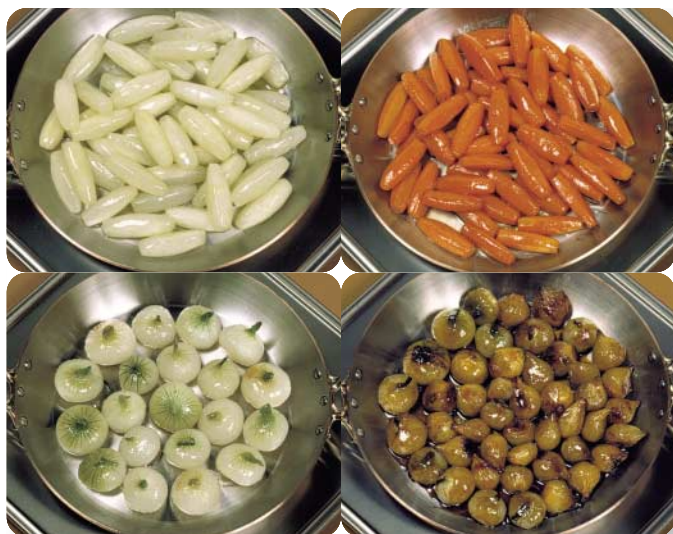
4. Glacer à blanc les légumes - 5 min *(voir p. 395/397)*
- Placer les légumes **sur une seule épaisseur** dans une sauteuse de diamètre approprié (en aucun cas, les légumes ne doivent se superposer).
- Mouiller à hauteur des légumes avec de l'eau (un peu moins pour les légumes tendres et riches en eau : courgettes, concombres).
- Ajouter le beurre en parcelles, le sucre semoule et le sel fin.
- Porter à ébullition.
- Couvrir la sauteuse avec une feuille de papier sulfurisé de même dimension que la sauteuse, ceci afin de ralentir l'évaporation de l'eau et de régulariser la cuisson des légumes.
- Cuire doucement jusqu'à évaporation complète de l'eau de cuisson.
- **Surveiller attentivement la réduction.** Le beurre et le sucre forment alors un «sirop» brillant qui enrobe les légumes.
- Remuer délicatement la sauteuse d'un mouvement circulaire afin d'enrober régulièrement les légumes.
- Ils doivent être cuits et recouverts d'une pellicule uniforme et brillante.
- Débarrasser et réserver les légumes glacés au chaud.

Pour les petits oignons glacés à brun :
- Poursuivre la réduction du «sirop» jusqu'à l'obtention d'un caramel blond.
- Enrober délicatement les légumes de caramel en donnant un léger mouvement de rotation à la sauteuse.
- Arrêter la coloration du caramel blond avec quelques gouttes d'eau.
- Débarrasser et réserver au chaud les petits oignons glacés à brun.
- Mettre la sauteuse à tremper.

REMARQUES :

- *Selon l'époque de l'année, les légumes peuvent être blanchis avant d'être glacés.*
- *Les légumes nouveaux sont généralement glacés directement sans blanchiment préalable.*
- *Quelques centimètres de tiges ou de fanes soigneusement vérifiées peuvent être réservées.*
- *La durée de cuisson varie selon le légume utilisé, la saison, la taille du tournage, etc. Il faut obtenir simultanément la cuisson du légume et la réduction complète du liquide de cuisson.*

Deux cas peuvent se présenter :
- Le légume n'est pas entièrement cuit, l'eau s'est évaporée trop rapidement, il faut donc rajouter un peu d'eau bouillante.
- Le légume est cuit, l'eau n'est pas entièrement évaporée : débarrasser délicatement le légume, réduire la cuisson jusqu'à l'état sirupeux, remettre le légume dans le «sirop» et l'enrober pour le faire briller.



Navets, carottes tournées et petits oignons glacés à blanc et à brun

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 3 petites calottes
- 1 grande calotte
- 1 grande passoire
- 1 planche à découper

Matériel de cuisson :

- petites sauteuses

Matériel de dressage :

- légumiers
- sous-bols ronds
- papier gaufré

BOUQUETIÈRE DE LÉGUMES

1. Mettre en place le poste de travail

2. Eplucher et laver soigneusement tous les légumes

3. Tourner 0,800 kg de carottes, 0,800 kg de navets et 1 kg de pommes de terre *(voir p. 59, 110 et 132)*

- Leur donner une forme oblongue d'environ 5 cm de longueur.
- Tronçonner 0,200 kg d'haricots verts en bâtonnets de 5 cm de longueur.

4. Tourner 4 fonds d'artichauts* *(voir p. 44)*

- Oter le foin et les réserver dans de l'eau citronnée.

5. Séparer 0,800 kg de chou-fleur en huit bouquets réguliers

- Les laisser tremper dans de l'eau vinaigrée et les rincer.

6. Marquer les légumes en cuisson

- Cuire les fonds d'artichauts à blanc *(voir p. 388).*
- Glacer à blanc les carottes et les navets *(voir p. 395).*
- Cuire les petits pois, les haricots verts et les bouquets de chou-fleur séparément à l'anglaise *(voir p. 376).*
- Blanchir et rissoler les pommes cocotte *(voir p. 418).*

7. Réaliser 2 jaunes d'œufs de sauce hollandaise *(voir p. 308)*

- La citronner très peu.

8. Terminer les fonds d'artichauts

- S'assurer de leur cuisson.
- Les égoutter et les étuver au beurre.
- Les assaisonner.

9. Etuver les haricots verts et les petits pois au beurre

10. Former huit petites boules de chou-fleur au pochon ou à l'aide d'un torchon stérilisé au préalable

- Les assaisonner, les étuver puis les napper avec la sauce hollandaise et les glacer sous la salamandre.

11. Dresser la bouquetière de légumes

- Beurrer un plat rond. Garnir les fonds d'artichauts étuvés avec les petits pois.
- Disposer harmonieusement les légumes par petits bouquets en variant les couleurs.

PLATS SIMILAIRES

Carottes Vichy

- Emincer les carottes en rondelles régulières et les blanchir si elles ne sont pas nouvelles. Les traiter par glaçage à blanc, les dresser en légumier et les saupoudrer de persil fraîchement haché.

Légumes à la crème

(carottes, crosnes, céleri, concombres, choux raves, panais, topinambours, pâtissons, hélianthe tubéreux)

- Tourner ou émincer les légumes selon leur nature.
- Les blanchir puis les glacer à blanc. Ajouter la crème et réduire jusqu'à la consistance sirupeuse. Ajouter éventuellement quelques gouttes de jus de citron et du persil fraîchement haché.



Timbale de primeurs



Bouquetière de légumes



PETITS POIS À LA FRANÇAISE

Petits pois cuits à court-mouillement et à couvert avec une chiffonnade de laitue et des petits oignons. Ils accompagnent généralement les pièces de veau rôties ou poêlées, les abats de veau braisés. Elément de la garniture Clamart.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- petits pois frais	kg	3		
ou				
- petits pois surgelés	kg	1,200		
- beurre	kg	0,080		
- laitue (1 petite pièce)	kg	0,200		
- bouquet garni	pièce	1		
- cerfeuil	botte	1/4		
- petits oignons nouveaux	kg	0,250		
- beurre	kg	0,020		
- sucre	kg	PM		
Liaison (facultatif)				
- beurre	kg	0,020		
- farine	kg	0,010		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- sucre semoule		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION pour des petits pois frais			1 h 10 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			20 à 25 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Ecosser les petits pois - 30 min
- Les choisir bien verts, luisants, tendres et légèrement sucrés.

3. Préparer la garniture aromatique - 15 min
- Eplucher et laver les petits oignons nouveaux. Leur laisser environ 2 à 3 cm de fanes.
- Eplucher et laver la laitue, puis l'émincer en chiffonnade.
- Réaliser un petit bouquet garni, lui ajouter le cerfeuil.

4. Glacer les petits oignons à blanc - 5 min *(voir p. 395)*
- Réunir dans une sauteuse et sans les superposer, les petits oignons, le beurre, le sucre et le sel.
- Mouiller légèrement au-dessous de la hauteur des petits oignons avec de l'eau.
- Couvrir avec une feuille de papier sulfurisé trouée au centre.
- Cuire jusqu'à évaporation complète de l'eau et glacer les petits oignons.

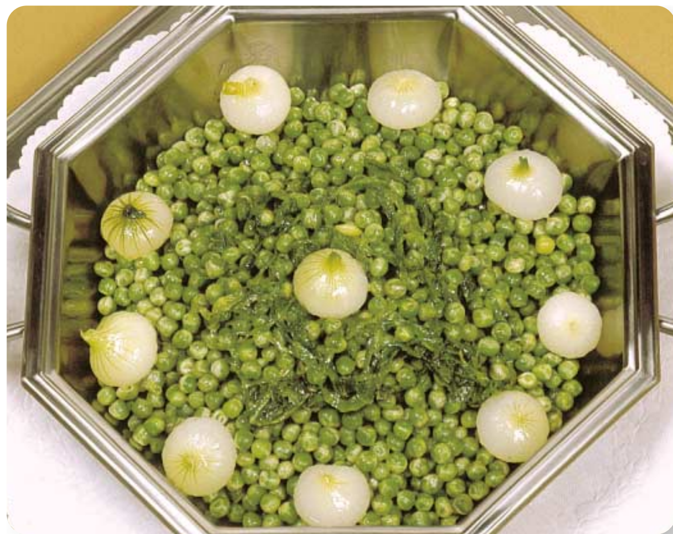
5. Marquer les petits pois en cuisson - 10 min
- Etuver lentement dans une grande sauteuse la chiffonnade de laitue avec le beurre.
- Ajouter les petits pois et mouiller avec environ 0,25 l d'eau.
- Ajouter le bouquet garni.
- Cuire doucement les petits pois à couvert durant 20 à 25 min.
- Saler en fin de cuisson et ajouter éventuellement un peu de sucre semoule.
- Surveiller attentivement la réduction de l'eau, en rajouter si nécessaire.

6. Terminer les petits pois - 2 min
- S'assurer de leur cuisson en les goûtant. Ils doivent être tendres et moelleux.
- Vérifier l'assaisonnement (il est parfois d'usage de les lier avec un peu de beurre manié).
- Ajouter les oignons glacés, en réserver quelques-uns pour la présentation.
- Laisser mijoter l'ensemble durant quelques minutes.

7. Dresser les petits pois - 3 min
- Les dresser en dôme dans un légumier.
- Disposer harmonieusement un peu de laitue et les petits oignons réservés sur le dessus.
- Placer le légumier sur un plat rond recouvert d'une feuille de papier gaufré.

REMARQUES :

- *A défaut de petits oignons, utiliser de l'oignon ciselé et le suer avec la chiffonnade de laitue.*
- *Il est d'usage de précuire les petits oignons en premier, puis d'ajouter la chiffonnade et les petits pois afin d'obtenir simultanément la cuisson de tous les légumes. Pour des apprentis, il est préférable de cuire les légumes séparément et de les assembler au dernier moment.*


Petits pois à la française

Matériel de préparation :
- 2 plaques à débarrasser
- 1 calotte moyenne
- 1 grande calotte
- 1 grande passoire

Matériel de cuisson :
- 1 grande sauteuse avec couvercle

Matériel de dressage :
- légumiers
- sous-bols ronds
- papier gaufré

PETITS POIS PAYSANNE

1. Mettre en place le poste de travail
- Détailler 0,250 kg de poitrine de porc demi-sel en petits lardons et les blanchir départ eau froide. Ne pas les rafraîchir et les égoutter soigneusement.
- Eplucher, laver et tourner 0,200 kg de carottes et 0,200 kg de navets.
- Eplucher et laver 0,200 kg de petits oignons.
- Glacer à blanc les carottes, les navets et les petits oignons.
- Eplucher, laver et tailler une petite laitue en chiffonnade.
- Réaliser un petit bouquet garni.

2. Marquer les petits pois en cuisson
- Faire revenir les lardons dans une grande sauteuse avec 0,080 kg de beurre (ne pas trop les colorer).
- Ajouter la chiffonnade de laitue et la laisser suer durant quelques minutes.
- Ajouter les petits pois, 0,25 l d'eau et le bouquet garni.
- Lier facultativement en fin de cuisson avec un peu de beurre manié.
- Ajouter les carottes, les navets et les petits oignons glacés.
- Dresser en mettant en évidence les petits légumes glacés sur le dessus.

PLATS SIMILAIRES

Petits pois bonne-femme
- Cuire les petits pois à couvert et à court-mouillement comme à la française.
- Ajouter en plus de la laitue et du bouquet garni, des petits oignons glacés et des petis lardons de poitrine demi-sel blanchis et revenus au beurre.
- Lier facultativement avec un peu de beurre manié.

Petits pois fermière
- Petits pois à la française additionnés de très petites carottes nouvelles ou de carottes tournées ou levées à la cuillère à racine et glacées à blanc.


Petits pois paysanne



HARICOTS SECS AU BEURRE (COCOS, LINGOTS, FLAGEOLETS)

Légumes secs cuits avec une garniture aromatique composée de carottes, d'oignons, d'ail, d'un bouquet garni et d'un morceau de lard gras ou de couenne de porc. Les haricots secs accompagnent principalement les préparations à base d'agneau et de mouton, mais également les préparations rustiques à base de porc.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- Haricots secs :	kg	0,500 à 0,640		
- cocos *ou* - lingots *ou* - tarbais *ou* - chevriers verts *ou* - flageolets (0,070 à 0,080 kg par personne)				
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- bouquet garni	P	1		
- ail (2 gousses)	kg	0,015		
- poitrine de porc fraîche *ou*	kg	0,200		
- couenne grasse de porc	kg	0,200		
Finition				
- beurre	kg	0,080		
- persil	kg	0,020		
Assaisonnement				
- gros sel		PM		
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
- clou de girofle		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***40 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			***40 min à 1 h***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1ère MÉTHODE POUR GARNITURE D'ACCOMPAGNEMENT ET SALADES COMPOSÉES

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Laver soigneusement les haricots - 3 min
- Eliminer les grains brisés et les enveloppes des grains qui remontent à la surface.

3. Mettre les haricots à tremper - 2 min
- Placer les haricots soigneusement lavés dans un récipient creux, calotte ou bahut, les couvrir avec deux à trois fois leur volume d'eau froide.
- Placer le récipient en enceinte réfrigérée durant quelques heures (2 à 3 h maximum s'ils sont de la dernière récolte - la durée de trempage doit être strictement limitée à la durée nécessaire à leur réhydratation - risques de fermentation).

4. Préparer la garniture aromatique - 15 min *(voir p. 374/375)*
- Dégorger et blanchir les couennes de porc départ eau froide, puis les rouler en paquet et les ficeler, ou blanchir la poitrine de porc.
- Eplucher et laver les oignons, en clouter un et partager l'autre en quartiers.
- Eplucher et laver les carottes puis les tronçonner.
- Eplucher, dégermer et laver les gousses d'ail.
- Confectionner un fort bouquet garni.

5. Marquer les haricots en cuisson - 5 min
- Rincer à nouveau les légumes secs.
- Les répartir dans une grande russe ou dans un rondeau haut.
- Mouiller généreusement avec de l'eau froide (2 fois le volume des haricots).
- Porter à ébullition et écumer soigneusement.
- Ajouter la garniture aromatique ainsi que le lard ou les couennes de porc blanchies.
- Cuire lentement, récipient semi-couvert durant 40 min à 1 heure (parfois plus*).
- Saler aux 2/3 de la cuisson avec du gros sel.

6. Laver, équeuter, essorer et hacher le persil - 5 min

7. Egoutter et lier les haricots au beurre - 3 min
- S'assurer de leur cuisson en les goûtant (ils doivent être tendres, moelleux et ne pas s'écraser).
- Enlever la garniture aromatique et le paquet de couennes ou le morceau de lard.
- Les égoutter délicatement pour ne pas les écraser, et les lier au beurre.
- Vérifier l'assaisonnement.

8. Dresser les haricots - 2 min
- Les dresser délicatement en dôme dans un légumier.
- Les saupoudrer sans excès de persil haché.
- Placer le légumier sur un sous-bol recouvert d'une feuille de papier gaufré.

REMARQUE : La durée de cuisson des légumes secs est très variable, elle dépend principalement de la variété du légume sec, de sa durée de conservation et de la teneur en calcaire de l'eau de cuisson. Pour diminuer la durée de cuisson, utiliser des haricots de la dernière récolte, graisser l'eau de cuisson avec du beurre, du lard ou des couennes de porc et saler aux 2/3 de la cuisson.



Haricots blancs au beurre

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 grandes calottes
- 1 grande passoire
- 1 planche à découper

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
  ou
- 1 rondeau haut

Matériel de dressage :

- légumiers
- sous-bols ronds
- papier gaufré

LENTILLES VERTES AU LARD

AUTRE MÉTHODE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Laver et blanchir 0,640 kg de lentilles vertes (0,080 kg par personne)

- Les blanchir départ eau froide, écumer soigneusement et les égoutter (les lentilles ne se font pas tremper).

3. Préparer la garniture aromatique

- Découenner 0,200 kg de poitrine fumée et la détailler en petits lardons.
- Les blanchir départ eau froide et les égoutter.
- Emincer 0,200 kg de carottes en fine paysanne.
- Ciseler 0,200 kg d'oignons.
- Réaliser un fort bouquet garni.
- Dégermer deux gousses d'ail.

4. Marquer les lentilles en cuisson

- Faire raidir les lardons dans une grande russe avec 0,040 kg de beurre (ne pas les laisser trop colorer).
- Ajouter les carottes et les oignons.
- Suer la garniture aromatique dans la graisse de fonte des lardons durant quelques minutes.
- Ajouter les lentilles blanchies.
- Les recouvrir avec deux fois leur volume d'eau froide.
- Porter à ébullition et écumer si nécessaire.
- Ajouter les gousses d'ail.
- Cuire lentement, récipient semi-couvert durant 25 à 30 min.
- Saler au gros sel aux 2/3 de la cuisson.

5. Lier les lentilles au beurre

- S'assurer de leur cuisson, enlever les gousses d'ail, les égoutter et les lier au beurre.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Dresser.

PLATS SIMILAIRES

Haricots blancs à la lyonnaise

- Haricots soigneusement égouttés, liés au beurre et additionnés d'une fondue d'oignons ciselés ou émincés.
- Saupoudrer de persil haché.

Cocos de Paimpol à la crème

- Cocos cuits selon la première méthode et liés au beurre.
- Les couvrir partiellement de crème et la laisser réduire lentement jusqu'à ce que la crème devienne nappante.
- Saupoudrer de persil haché.

Estouffat de tarbais à l'occitane

- Cuire les haricots aux 2/3 selon la première méthode.
- Récupérer le lard ou les couennes, les découper en petits lardons et les faire revenir avec un peu de graisse d'oie. Ajouter des oignons ciselés, des tomates mondées, épépinées, concassées et de l'ail haché.
- Laisser réduire et ajouter les haricots bien égouttés. Terminer la cuisson lentement à couvert.

Haricots rouges à la bourguignonne

- Cuire les haricots rouges selon la première méthode en mouillant avec moitié eau, moitié vin rouge.
- Egoutter les haricots et réduire la cuisson. Récupérer le lard et le détailler en petits lardons et les sauter au beurre. Lier les haricots au beurre et avec la cuisson réduite, ajouter les lardons et saupoudrer de persil haché.

Lentilles de Cilaos au boucané

- Couper le boucané en morceaux réguliers, le blanchir et le précuire durant 45 min environ puis l'égoutter.
- Faire revenir le boucané dans un rondeau avec un peu d'huile, ajouter des oignons émincés, de l'ail et du gingembre pilé.
- Suer durant quelques minutes puis ajouter le «safran pays» (curcuma), du thym et les lentilles soigneusement lavées.
- Mouiller à l'eau froide, cuire à faible ébullition et saler au gros sel en fin de cuisson. Les lentilles doivent absorber l'intégralité de l'eau de cuisson et rester crémeuses.



Lentilles de Cilaos au boucané



LAITUES, CŒURS DE CÉLERI, FENOUIL BULBEUX

Légumes blanchis puis braisés longuement à couvert dans du fond blanc avec une garniture aromatique. Les légumes sont ensuite généralement mis à mijoter dans leur fond de braisage réduit et additionné de fond brun de veau ou de sauce espagnole.
Ils accompagnent généralement les grosses pièces de viande de boucherie et de volaille poêlées et braisées.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- laitues (8 x 0,300 kg)	kg	2,400		
ou				
- cœurs de céleri blancs et parés (8 x 0,300 kg)	kg	2,400		
ou				
- bulbes de fenouil (8 x 0,300 kg)	kg	2,400		
- couennes de porc ou bardes de lard	kg	0,300		
Garniture aromatique				
- carottes	kg	0,200		
- oignons	kg	0,200		
- bouquet garni	pièce	1		
Mouillement				
- fond blanc de veau	l	1		
Finition (facultative)				
- fond brun de veau légèrement lié et tomaté	l	0,40		
- beurre	kg	0,040		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
REMARQUE : Les cœurs de céleri et les bulbes de fenouil peuvent être également cuits dans un blanc, puis sautés au beurre (meunière).				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 05 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*1 h 15 à 1 h 30 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Eplucher et laver soigneusement les légumes - 10 min
(voir chapitre «Les légumes»)
- Oter les feuilles vertes extérieures des laitues, araser le talon et le tailler légèrement en pointe.
- Retirer les branches vertes du céleri, parer les racines, effilandrer les branches et les raccourcir. N'utiliser que des cœurs de céleri tendres, très blancs et d'une quinzaine de centimètres de longueur.
- Oter les feuilles ligneuses des bulbes de fenouil, araser le talon et les partager en deux s'ils sont trop gros.

3. Blanchir les légumes dans de l'eau en ébullition - 5 min
- 2 min environ pour les laitues, 5 min pour le céleri et 10 min pour le fenouil.
- Les rafraîchir et les égoutter.
- Presser les laitues en fuseau.

4. Préparer les légumes de la garniture aromatique - 10 min
- Eplucher, laver et émincer finement les carottes et les oignons en paysanne.
- Confectionner un bouquet garni.
- Eplucher, laver, dégermer et écraser l'ail.

5. Blanchir la couenne de porc si nécessaire - 5 min

6. Braiser les légumes - 10 min *(voir p. 473 à 479)*
- Suer au beurre dans un rondeau plat la garniture aromatique.
- Ranger les légumes en disposant le côté talon (la partie la plus longue à cuire) contre les parois du rondeau.
- Mouiller à mi-hauteur avec le fond blanc.
- Assaisonner.
- Ajouter le bouquet garni.
- Porter à ébullition.
- Couvrir avec les couennes de porc ou la barde de lard, puis avec une feuille de papier sulfurisé.
- Placer le couvercle sur le rondeau.
- Terminer la cuisson au four à 200 °C durant 1 h 15 à 1 h 30 min selon le légume.

7. Débarrasser les légumes braisés - 10 min
- Les égoutter sur une plaque munie d'une grille.
- Les partager en 2 et éliminer le talon si nécessaire.
- Les parer et les plier selon la forme souhaitée, puis les ranger dans une sauteuse beurrée.

8. Terminer le fond de braisage - 8 min
- Passer le fond de braisage au chinois étamine.
- Le réduire à glace et le dégraisser.
- Ajouter, selon l'utilisation, du fond brun de veau tomaté et légèrement lié ou le fond de poêlage ou de braisage de la pièce d'accompagnement (selon l'appellation).
- Passer le fond de braisage au chinois étamine sur les légumes braisés et les laisser mijoter doucement et à couvert durant une dizaine de minutes.

9. Dresser les légumes braisés - 2 min
- Les dresser en fonction de l'utilisation :
  - autour de la pièce de viande dans le cas d'un poêlé (garniture d'appellation : Choisy, Richelieu, Orloff),
  - à part, nappés du fond de braisage réduit dans le cas d'une garniture d'accompagnement.



Laitues braisées

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte
- 1 araignée
- 2 calottes moyennes
- 1 planche à découper
- 1 grande passoire

Matériel de cuisson :

- 1 grande sauteuse
  ou
- 1 rondeau plat avec couvercle.

Matériel de dressage :

- plats sabots longs ou cocottes (bi-métal)
- sous-bols
- papier gaufré

CHOUX VERTS BRAISÉS

1. Eplucher et laver le chou *(voir p. 73/74)*
- Eplucher 1 chou vert bien pommé d'1,5 à 1,8 kg.
- Le partager en quartiers, parer le trognon et ôter les grosses côtes.
- Le laver, puis le laisser tremper dans de l'eau vinaigrée et le rincer à nouveau.

2. Blanchir le chou
- Le plonger dans de l'eau en ébullition durant quelques minutes puis le rafraîchir dans de l'eau glacée.
- L'égoutter puis le presser légèrement.

3. Blanchir un morceau de 0,400 kg de poitrine de porc demi-sel et le réserver

4. Braiser le chou *(voir p. 478/479)*
- Suer dans un rondeau plat 0,200 kg de carottes et 0,150 kg d'oignons émincés avec 0,050 kg de beurre.
- Disposer les quartiers de chou blanchi.
- Placer au centre du chou un bouquet garni et le morceau de lard.
- Mouiller avec 1 l de fond blanc.
- Assaisonner et porter à ébullition.
- Recouvrir d'une feuille de papier sulfurisé et cuire à couvert dans un four à 200 °C durant 1 h à 1 h 15 min selon la qualité du chou et la saison.

5. Débarrasser le chou
- S'assurer de la cuisson.
- Débarrasser le bouquet garni et le lard et l'égoutter légèrement si nécessaire.

REMARQUE : Il est fréquent d'ajouter la garniture aromatique sans être émincée ni suée au beurre. Dans ce cas, débarrasser les tronçons de carottes et l'oignon piqué en fin de cuisson. Un jarret de porc, de la poitrine fumée ou des saucisses de Toulouse rissolées au préalable peuvent remplacer avantageusement le lard demi-sel.



Darioles de choux au lard

PLATS SIMILAIRES

Endives braisées *(voir p. 473/474)*

- Oter les feuilles abîmées de 16 endives de 0,150 kg, si nécessaire araser les talons et les creuser légèrement en pointe *(voir p. 71/72)*. Les laver soigneusement. Les ranger en couronne dans une grande sauteuse en plaçant les talons contre les parois. Ajouter le jus d'1 citron, 0,50 l d'eau, 0,050 kg de beurre, 0,020 kg de sucre et saler au sel fin.
- Porter à ébullition, couvrir d'une feuille de papier sulfurisé, cuire à couvert dans un four à 200 °C durant 1 h 15 à 1 h 30 min selon la qualité des endives. S'assurer de leur cuisson en les sondant côté talon avec une aiguille à brider. Les débarrasser dans un récipient en acier inoxydable et les recouvrir avec leur cuisson. Les refroidir rapidement et les réserver à couvert.

REMARQUE : Les endives braisées sont le plus souvent sautées au beurre (meunière) au moment de leur utilisation.

Marrons braisés

- Inciser l'écorce des marrons sur le côté bombé, puis les mettre dans un four très chaud durant quelques minutes.
- Les éplucher (écorcher) en enlevant les 2 peaux pendant qu'ils sont encore brûlants *(voir p. 106)*. Les ranger dans une sauteuse beurrée sur une seule épaisseur. Les mouiller à hauteur soit avec du lait ou du consommé, soit avec du fond brun de veau clair et corsé. Ajouter une branche de céleri ou un morceau de céleri-rave et assaisonner. Recouvrir d'une feuille de papier sulfurisé, cuire à couvert très lentement durant 25 à 35 min selon la grosseur des marrons.

REMARQUE : Lorsque les marrons sont braisés dans du fond brun de veau, il est nécessaire de le réduire à glace et de rouler les marrons délicatement dans cette réduction pour les enrober d'une pellicule brillante. Le braisage au lait ou au consommé est plus spécialement utilisé pour réaliser de la purée de marrons.



Endives braisées



Pommes de terre «braisées» dans un fond blanc

POMMES BOULANGÈRE

Pommes de terre émincées en rondelles et cuites au four avec des oignons et du fond blanc légèrement parfumé à l'ail et à la fleur de thym. Elles accompagnent le plus souvent les pièces d'agneau et de porc poêlées et rôties (épaule d'agneau, échine de porc rôties).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- pommes de terre à chair ferme	kg	2,200		
- beurre	kg	0,080		
- oignons	kg	0,600		
- beurre	kg	0,080		
Garniture aromatique				
- ail (3 gousses)	kg	0,020		
- bouquet garni	pièce	2		
- beurre pour le plat (facultatif)	kg	0,020		
Mouillement				
- fond blanc ou consommé simple	l	1,60		
Assaisonnement				
- sel fin	kg	PM		
- poivre du moulin	kg	PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 05 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			***40 à 50 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Eplucher et laver tous les légumes - 20 min
- Eplucher et laver les pommes de terre, les réserver dans un bahut avec de l'eau froide.
- Eplucher et laver les oignons.
- Eplucher, dégermer et laver les gousses d'ail.
- Laver le persil, l'équeuter et réaliser deux bouquets garnis avec une légère dominante en thym.

3. Tailler les légumes - 15 min
- Eponger soigneusement les pommes de terre.
- Les emincer régulièrement en rondelles de 2 à 3 mm d'épaisseur, ne pas les rincer, les sécher sur un linge propre (sauf si elles sont réalisées en grande quantité elles risqueraient de noircir).
- Emincer finement les oignons.

4. Précuire les oignons et les pommes de terre - 15 min
- Compoter lentement les oignons dans un rondeau avec le beurre et les assaisonner (ils doivent colorer légèrement).
- Sauter rapidement les pommes de terre à la poêle. Cette phase est facultative mais elle permet d'enrober les pommes de terre de matière grasse, de les précuire et de les colorer légèrement en les rendant plus moelleuses et plus savoureuses.
- Les assaisonner (si elles accompagnent de l'agneau, ajouter un peu de fleur de thym passée au tamis).
- Les égoutter si nécessaire.

5. Garnir les plats à gratin - 5 min
- Frotter deux grands plats à gratin avec les gousses d'ail, les beurrer.
- Répartir par couches successives les pommes de terre et les oignons.
- Terminer par les pommes de terre en les rangeant délicatement en rosace.
- Glisser deux gousses d'ail et un petit bouquet garni aux extrémités des plats.
- Mouiller à hauteur des pommes de terre avec le fond blanc assaisonné.

6. Marquer les pommes boulangère en cuisson - 3 min
- Démarrer la cuisson sur le feu, puis placer les plats dans un four à 190/200 °C durant 40 à 50 min.
- Couvrir les plats avec une feuille de papier sulfurisé si les pommes de terre sèchent en surface.
- En fin de cuisson, les pommes de terre doivent être légèrement dorées en surface et avoir absorbé une grande partie du liquide.

7. Dresser les pommes boulangère - 2 min
- S'assurer de leur cuisson.
- Oter les gousses d'ail et les bouquets garnis.
- Disposer les plats sur des plats longs recouverts de papier gaufré.

REMARQUES :
- *Le fond blanc peut être remplacé par du lait.*
- *Il est possible de rôtir une pièce d'agneau ou de porc sur les pommes boulangère de manière à ce que la graisse de cuisson tombe et imprègne les pommes de terre.*



Pommes boulangère

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper
- 2 calottes moyennes
- 1 grande passoire

Matériel de cuisson :

- 1 grand sautoir
  ou
- 1 grande sauteuse
  ou
- 1 grand plat à gratin

Matériel de dressage :

- plats sabots ou à gratin ou bi-métal
- sous-bols
- papier gaufré

POMMES FONDANTES

1. Mettre en place le poste de travail

2. Eplucher et tourner les pommes de terre

- Eplucher 2,400 kg de belles pommes de terre à chair ferme d'environ 0,090 kg chacune.
- Les tourner de la taille d'une grosse pomme château en préservant une face plate.
  ou
- Choisir de très grosses pommes de terre, les partager en deux et arrondir simplement la face plate.
  ou
- Les tourner en forme de «savonnettes».
- Les rincer et les égoutter.

3. Marquer les pommes fondantes en cuisson

- Enduire très copieusement un sautoir de grandeur appropriée avec 0,100 kg de beurre.
- Y ranger les pommes tournées sur leur face plate et sans les chevaucher.
- Les mouiller à mi-hauteur avec 0,50 l de fond blanc ou de consommé blanc simple.
- Assaisonner et ajouter un petit bouquet garni.
- Cuire les pommes fondantes au four à 180 °C durant une quarantaine de minutes.
- Les arroser fréquemment, elles devront être recouvertes d'une pellicule brillante en fin de cuisson.

4. Dresser les pommes fondantes

- S'assurer de leur cuisson à l'aide d'une aiguille.
- Elles doivent être dorées, brillantes et avoir absorbé l'intégralité du liquide de mouillement.
- Seul le beurre doit rester au fond du sautoir.
- Les disposer en rosace dans un plat creux et les saupoudrer éventuellement de persil haché.

PLATS SIMILAIRES

Pommes de terre de Saint-Flour

- Braiser des choux avec un beau morceau de lard *(voir page précédente)*, les maintenir un peu fermes.
- Détailler du lard en petits lardons et les sauter au beurre.
- Garnir le fond d'un plat à gratin avec les choux braisés.
- Répartir uniformément les lardons sautés.
- Disposer harmonieusement une couche de pommes de terre émincées en rondelles épaisses, assaisonner et mouiller à hauteur avec le fond de braisage des choux.
- Ajouter quelques gousses d'ail, du gruyère râpé et tamisé.
- Cuire à four doux durant 40 min à 1 heure pour obtenir un gratin complet.

Pommes de terre au lard

- Sauter des petits lardons de poitrine demi-sel blanchis dans du saindoux et les réserver.
- Sauter les pommes de terre tournées de la grosseur des pommes cocotte dans la graisse de fonte des lardons.
- Ranger les pommes de terre égouttées dans un plat à gratin.
- Répartir uniformément les lardons.
- Ajouter des petits oignons revenus.
- Mouiller avec du fond blanc ou du consommé.
- Ajouter un bouquet garni et cuire au four doux jusqu'à ce que les pommes de terre aient absorbé une grande partie du liquide de mouillement.
- Dresser et saupoudrer de persil haché.



Pommes fondantes



SPAGHETTIS AU BEURRE
COQUILLETTES, PENNES, PAPILLONS, MACARONIS, ...

Pâtes alimentaires cuites à l'eau bouillante salée et liées au beurre. Elles accompagnent principalement les pièces de viandes blanches rôties, sautées ou traitées en ragoûts (veau, volailles, lapin, ...).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- spaghettis	kg	0,640		
ou				
- coquillettes	kg	0,640		
ou				
- pennes	kg	0,640		
ou				
- papillons	kg	0,640		
ou				
- macaronis (0,080 kg par personne)	kg	0,640		
- eau	l	6,5		
Finition				
- beurre	kg	0,080		
Assaisonnement				
- gros sel	kg	0,060		
- sel fin	kg	PM		
- poivre du moulin	kg	PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			20 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON (variable selon les pâtes)			6 à 8 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

CUIRE DES PÂTES INDUSTRIELLES

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

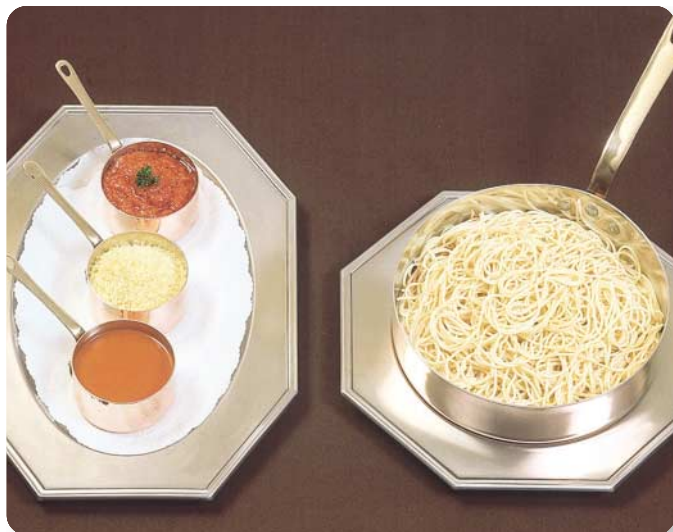
2. Porter une grande quantité d'eau à ébullition - 3 min
- 1 litre d'eau pour 0,100 kg de pâtes.
- Saler au gros sel à raison de 8 à 10 g par litre d'eau.

3. Cuire les pâtes - 7 min *(voir p. 384/385)*
- Verser les pâtes dans de l'eau en ébullition.
- Remuer à l'aide d'une petite écumoire jusqu'à la reprise de l'ébullition.
- Réduire l'intensité du feu et laisser cuire les pâtes à découvert et à faible ébullition durant la durée spécifique à chaque sorte de pâte indiquée sur le conditionnement.
- Remuer de temps en temps pour empêcher les pâtes de s'agglomérer et de coller au fond du récipient.
- Vérifier fréquemment l'à-point de la cuisson en goûtant (les spaghettis sont prêts lorsque le point blanc central disparaît).
- Les maintenir légèrement fermes (al dente).
- Arrêter la cuisson avec un peu d'eau froide.
- Egoutter presque complètement les pâtes, les rincer éventuellement à l'eau bouillante (le peu d'eau restant s'émulsionne avec le beurre et empêche les pâtes de coller).

4. Lier les pâtes au beurre - 3 min
- Les sauter rapidement dans une calotte contenant du beurre en parcelles.
- Vérifier l'assaisonnement.

5. Dresser les pâtes - 2 min
- Dresser les pâtes dans un légumier.
- Disposer le légumier sur un sous-bol recouvert d'une feuille de papier gaufré.

REMARQUE : Dans le cas d'une utilisation différée, rafraîchir les pâtes entièrement sous un filet d'eau froide. Les remettre en température en les plongeant à la commande dans une chauffante (eau bouillante salée), puis les égoutter et les lier au beurre. Vérifier l'assaisonnement et dresser comme précédemment.



Spaghettis au beurre

Matériel de préparation :

- 1 plaque à débarrasser
- 1 balance
- 1 grande passoire à queue
- 1 grande calotte

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
  ou
- 1 grand rondeau haut

Matériel de dressage :

- légumiers
- sous-bols ronds
- papier gaufré

PÂTES FRAÎCHES AU BEURRE (fettuccines, tagliatelles, fapardelles, feuilles à lasagnes et à cannellonis)

- Mettre en place le poste de travail
- Porter une grande quantité d'eau à ébullition.
- Saler au gros sel (8 à 10 g par litre d'eau).
- Ajouter un peu d'huile.
- Plonger les pâtes à la commande par petites quantités dans l'eau bouillante salée et huilée (compter environ 0,120 à 0,150 kg de pâtes fraîches par personne).
- Cuire vivement les pâtes durant quelques minutes.
- Les remuer fréquemment et vérifier l'à-point de la cuisson, elles doivent rester fermes (al dente).
- Egoutter presque entièrement les pâtes (l'eau restante s'émulsionne avec le beurre et empêche les pâtes de s'agglomérer).

Ne jamais les rafraîchir
et toujours les cuire à la commande

- Lier les pâtes au beurre ou les accomoder selon la recette.

REMARQUE : Les pâtes fraîches peuvent être colorées en vert avec de l'extrait de chlorophylle d'épinard (voir p. 315), en rouge avec de la tomate, en noir avec de l'encre de seiche, en jaune avec du safran ou du curcuma. La pâte à nouilles peut également comporter des herbes fraîchement ciselées ou effeuillées.



Pâtes fraîches multicolores

PLATS SIMILAIRES

Nouilles fraîches à l'alsacienne

- Cuire les nouilles dans une grande quantité d'eau bouillante salée et huilée.
- Les égoutter et les lier au beurre.
- Les dresser en légumier et les parsemer soit de croûtons de pain de mie sautés au beurre ou soit de parures ou de brisures de nouilles crues coupées en julienne et rissolées au beurre jusqu'à ce qu'elles soient bien croustillantes.

Spätzle ou cordons de pâte à l'alsacienne

- Réaliser une pâte à nouille légèrement «coulante» (semi-consistante).
- La verser au travers d'une passoire sur une grande quantité d'eau bouillante salée afin de former des cordons de 6 à 10 cm de long et d'environ 3 mm de diamètre.
- Les rafraîchir dès qu'ils remontent à la surface et les égoutter.
- Les faire revenir au beurre (ils peuvent être légèrement colorés).
- Les dresser et les parsemer de petits croûtons frits ou les napper de crème et les gratiner avec du gruyère râpé.

Fettucines à la génoise

- Cuire les fettucines dans une grande quantité d'eau bouillante salée, les lier au beurre puis avec un mélange mixé finement de feuilles de basilic, d'huile d'olive vierge, d'ail et de pignons de pin.
- Saupoudrer de parmigiano-reggiano et de pecorino-romano râpés.

Spaghettis al pomodoro e basilico

- Cuire les spaghettis dans une grande quantité d'eau bouillante salée, les lier avec un peu de beurre et d'huile d'olive.
- Faire blondir dans de l'huile d'olive des gousses d'ail finement émincées en lamelles, ajouter de la fondue de tomate et mélanger l'ensemble aux spaghettis.
- Parsemer de basilic fraîchement ciselé.

Gratin de macaronis

- Cuire et égoutter soigneusement les macaronis.
- Les lier au beurre et avec un peu de sauce béchamel légère (0,060 à 0,070 kg de roux blanc au litre de lait).
- Répartir les macaronis dans le plat à gratin beurré.
- Napper uniformément avec le reste de la sauce.
- Saupoudrer avec du gruyère râpé et haché finement.
- Parsemer de quelques petites parcelles de beurre.
- Gratiner au four à 200/220 °C durant une vingtaine de minutes.



RIZ PILAF OU PILAW, NATURE ET CRÉOLE

Riz long nacré (revenu au beurre) avec des oignons ciselés et cuit généralement dans du fond blanc ou un fumet. Il accompagne les viandes et les poissons en sauce (blanquette de veau, poularde pochée, poissons pochés à court-mouillement). Accompagné de garnitures diverses, il peut être servi en tant que plat principal.
Le riz créole est cuit dans une grande quantité d'eau bouillante salée puis égoutté et lié au beurre.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
RIZ PILAF				
Eléments de base				
- beurre	kg	0,080		
- oignons	kg	0,150		
- riz long non traité ni lavé (surinam, basmati(1), thaï)	kg	0,400		
- eau	l	0,75		
ou selon l'utilisation :				
- fond blanc de veau ou de volaille*	l	0,75		
ou				
- fumet de poisson*	l	0,75		
- bouquet garni	pièce	1		
Finition				
- beurre	kg	0,040		
Assaisonnement				
- sel fin	kg	PM		
- poivre du moulin	kg	PM		
(1) *Riz très aromatique à grains fins et longs provenant des hauts plateaux du Penjab et des contreforts himalayens.*				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***30 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON (se référer aux indications portées sur le conditionnement)			***15 à 19 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

Riz pilaf *(voir p. 379/380)* **:**

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.
- Mesurer le riz (0,400 kg de riz correspond approximativement à un demi-litre).
- Choisir le liquide de mouillement en fonction de l'utilisation du riz (eau, fond blanc de veau ou de volaille, fumet de poisson).
- Le porter à ébullition **(en règle générale, il faut 1,5 volume de liquide de mouillement pour 1 volume de riz)**.

2. Préparer la garniture aromatique - 10 min
- Eplucher, laver et ciseler finement l'oignon.
- Confectionner un petit bouquet garni.

3. Marquer le riz pilaf en cuisson - 10 min
- Faire fondre le beurre dans une grande sauteuse.
- Ajouter les oignons ciselés et les suer sans exagération durant 1 à 2 min sur un feu très doux.
- Verser le riz long non lavé.
- L'enrober de beurre et le nacrer en le remuant sans arrêt à l'aide d'une spatule (les grains de riz doivent s'égrener facilement et blanchir «comme de la nacre»).
- Mouiller avec le liquide bouillant.
- Assaisonner et ajouter le bouquet garni.
- Vérifier l'heure à partir de la reprise de l'ébullition.
- Couvrir hermétiquement avec une feuille de papier sulfurisé et un couvercle.
- Cuire le riz au four à 190/200 °C, grille à mi-hauteur, durant 15 à 19 min selon la qualité du riz.
- **Ne pas découvrir, ni remuer durant la cuisson.**

4. Terminer et décanter le riz puis le beurrer - 5 min
- S'assurer de sa cuisson en le goûtant.
- Le sortir du four et le laisser gonfler à couvert durant quelques minutes.
- Retirer le bouquet garni et débarrasser le riz dans un grand plat en acier inoxydable.
- Ajouter le beurre en parcelles et l'égrener à l'aide d'une fourchette.
- Vérifier l'assaisonnement, le couvrir avec une feuille de papier sulfurisé et le réserver au chaud.

REMARQUES :

- *Les quantités de riz correspondent à une garniture d'accompagnement moyenne. Dans le cas d'un plat unique, compter 0,080 kg de riz par personne. La réussite du riz pilaf provient principalement du nacrage. Il doit se faire lentement et sans coloration. Tous les grains de riz doivent être blancs nacrés, et légèrement translucides, se détacher les uns des autres. Lors de cette opération, l'amidon superficiel du riz se transforme en dextrines, l'empois de dextrines est moins épais que l'empois d'amidon cru, le riz ne «colle» pas.*

* *Le goût du riz pilaf peut varier selon le liquide de mouillement, les corps gras, les épices et les garnitures utilisés.*


Riz pilaf arlequin

Matériel de préparation :

- 1 plaque à débarrasser ou 1 calotte moyenne
- 1 mesure d'1/2 litre
- 1 grand chinois
- 1 grande passoire à trous fins

Matériel de cuisson :

- pour le riz créole :
  - 1 grande russe ou
  - 1 rondeau haut
- pour le riz pilaf :
  - 1 grande sauteuse ou
  - 1 rondeau plat

Matériel de dressage :

- légumiers
- sous-bols ronds
- papier gaufré

RIZ «NATURE» ET RIZ CRÉOLE

(Voir p. 378/379)

1. Mettre en place le poste de travail

- Porter à ébullition une grande quantité d'eau dans une russe ou dans un rondeau haut (16 volumes d'eau environ pour 1 volume de riz).
- Saler au gros sel à raison de 12 g par litre.
- Laver ou rincer à l'eau froide 0,400 kg à 0,600 kg de riz long.

2. Marquer le riz en cuisson

- Verser en pluie le riz dans l'eau.
- Remuer jusqu'à la reprise de l'ébullition.
- Laisser cuire lentement durant 11 à 16 min selon la qualité du riz (se référer aux conditionnements).
- Remuer de temps en temps et contrôler la cuisson.

3. Débarrasser et terminer le riz

Riz «nature» servi froid en salade :

- S'assurer de sa cuisson.
- L'égoutter et le rafraîchir partiellement.
- L'assaisonner encore tiède.

Riz créole servi chaud en garniture d'accompagnement :

- Le rincer rapidement à l'eau bouillante et l'égoutter soigneusement (pour enlever les restes éventuels d'amidon).
- Le répartir sous faible épaisseur dans un grand plat allant au four.
- Ajouter le beurre en parcelles et vérifier l'assaisonnement.
- Sécher et chauffer le riz au four durant quelques minutes en le remuant à l'aide d'une fourchette.

4. Dresser le riz en dôme dans un légumier sans le tasser

PLATS SIMILAIRES

Riz pilaf dieppoise

- Le riz pilaf en accompagnement de poissons pochés au court-mouillement ou braisés peut être additionné de champignons cuits à blanc, de queues de crevettes décortiquées et de moules ébarbées.

Riz valencienne

- En accompagnement de volailles, il peut être additionné d'une brunoise de jambon de Bayonne, de poivrons rouges, de petits pois et de tomate concassée.

Rizzoto italienne

- Riz du Piémont (ambroso ou Roma), traité pilaf, déglacé au vin blanc réduit, mouillé progressivement au consommé ou au fond blanc simple.
- L'égrener, le beurrer, lui ajouter de la crème et du parmesan râpé.

Rizzoto milanaise

- Riz du Piémont (ambroso ou Roma) cuit pilaf et safrané.
- Servir avec du parmesan râpé et une garniture composée d'une julienne de jambon, de champignons, de langue écarlate et de truffes blanches du Piémont, liée à la sauce demi-glace tomatée.

«Riz sauvage»

- Le «riz sauvage» correspond à une graminée (zizania aquatica) poussant sur le bord des lacs du nord-ouest Canadien.
- Couvrir la quantité à cuire (0,025 kg par personne) avec trois fois son volume d'eau, assaisonner et laisser frémir durant environ 1 h 30 min jusqu'à ce que les grains éclatent.
- Méthode par détrempage : laver le «riz sauvage» et le précuire en le remuant dans trois fois son volume en eau bouillante durant 5 min. Couvrir le récipient et laisser le riz gonfler durant 1 h à 1 h 30.
- Le «riz sauvage» est le plus souvent mélangé au riz pilaf après cuisson à raison de 2/3 de riz pilaf pour 1/3 de «riz sauvage».


Riz créole



POMMES SAUTÉES À CRU

Pommes de terre taillées en rondelles et sautées à la poêle. Elles accompagnent généralement les steaks sautés au poivre, Bercy, bordelaise, les suprêmes et les magrets de canard, les escalopes viennoises.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- pommes de terre. à chair ferme B.F. 15, rosa, charlotte, …	kg	2 à 2,200		
- huile d'arachide *ou*	l	0,20		
- huile d'arachide *et*	l	0,10		
- beurre	kg	0,040		
Finition				
- beurre	kg	0,040		
- persil	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			…… €	
Coût matières pour 1 couvert			…… €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***40 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			***12 à 15 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Eplucher et laver les pommes de terre - 10 min
(voir p. 124/125)

3. Tourner les pommes de terre en forme de «cylindres» - 5 min
(voir p. 130)
- Les arrondir légèrement en cylindre en les parant sans excès (tourner en liard).

4. Emincer les pommes de terre en rondelles régulières de 3 mm d'épaisseur environ - 10 min *(voir p. 130)*
- Utiliser une mandoline.

5. Rincer les pommes et les égoutter - 5 min
- Les rincer à plusieurs reprises pour enlever la fécule, puis les sécher soigneusement sur un linge propre.

6. Sauter les pommes de terre - 20 min *(voir p. 417/418)*
- Chauffer fortement l'huile dans une grande poêle.
- Ajouter les pommes de terre bien épongées par petites quantités.
- Attendre que la température de l'huile remonte avant de les faire sauter.
- Les sauter régulièrement pour uniformiser la cuisson et la coloration.

7. Terminer les pommes sautées - 5 min
- S'assurer de leur cuisson.
- Débarrasser en premier les rondelles déjà colorées, puis égoutter le reste dans une passoire.
- Essuyer la poêle avec du papier absorbant.
- Ajouter le beurre et le laisser mousser sans coloration.
- Verser les pommes, les saler puis les sauter à nouveau pour les imprégner du parfum du beurre.

8. Dresser les pommes - 5 min
- Les disposer en dôme dans un légumier.
- Disposer harmonieusement en rosace les plus belles rondelles sur le dessus.
- Saupoudrer de persil fraîchement haché.

REMARQUE : *Les pommes de terre peuvent être sautées dans un mélange d'huile et de beurre.*



Pommes sautées à cru

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 bahut moyen
- 1 grande calotte
- 1 calotte moyenne
- 1 planche à découper
- 1 mandoline
- 1 passoire à queue

Matériel de cuisson :

- 1 grande poêle

Matériel de dressage :

- légumiers
- sous-bols ronds
- papier gaufré

POMMES MIETTES

1. Mettre en place le poste de travail

2. Laver et brosser soigneusement 2 kg de pommes de terre à chair ferme

3. Cuire les pommes de terre en robe des champs

- Placer les pommes de terre dans une russe.
- Mouiller à l'eau froide, saler au gros sel.
- Porter à ébullition et laisser cuire lentement durant 20 à 25 min environ selon leur grosseur.
- Les écumer si nécessaire.

4. Egoutter et tailler les pommes de terre en rondelles

- S'assurer de leur cuisson en les piquant à l'aide d'une aiguille à brider.
- Rafraîchir partiellement les pommes de terre (elles s'épluchent plus facilement lorsqu'elles sont encore tièdes).
- Les égoutter puis éliminer la peau à l'aide d'un couteau d'office.
- Les détailler délicatement en rondelles de 4 mm d'épaisseur environ, puis les réserver.

5. Sauter les pommes de terre

- Chauffer l'huile et le beurre dans une grande poêle.
- Ajouter les pommes de terre lorsque le beurre blondit légèrement dans l'huile.
- Sauter fréquemment les pommes de terre pour les colorer régulièrement et qu'elles s'émiettent légèrement.
- Les assaisonner, puis les égoutter dans une passoire.

6. Dresser les pommes miettes

- Les dresser en dôme dans un légumier et les saupoudrer sans excès de persil haché.

REMARQUE : *Elles peuvent être sautées entièrement au beurre.*

PLATS SIMILAIRES

Pommes lyonnaise

- Pommes sautées à cru, additionnées d'oignons émincés compotés au beurre et légèrement caramélisés.
- Saupoudrer de persil haché.

Pommes sarladaise

- Pommes sautées à cru à la graisse d'oie additionnée d'une pointe d'ail et de persil haché.
- Les pommes sarladaise accompagnent généralement le confit. Certains cuisiniers ajoutent des truffes, dans ce cas, ne pas ajouter d'ail ni de persil.

Pommes sautées provençale

- Pommes sautées à cru avec de l'ail et du persil haché.

Pommes Mireille

- Pommes sautées à cru au beurre, additionnées de fonds d'artichauts émincés et sautés, et de lames de truffes.



Pommes miettes



POMMES DE TERRE RISSOLÉES, NOISETTES, PARISIENNE, COCOTTE, CHÂTEAU, PARMENTIER

Pommes de terre levées à la cuillère à racine, ou tournées de forme oblongue ou d'un petit œuf, blanchies et rissolées. Elles accompagnent généralement les petites pièces de viande de boucherie ou de volaille sautées. Les pommes château entrent dans la composition de nombreuses garnitures classiques (Choisy, Bruxelloise, Niçoise, ...).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
Pommes noisettes :				
- pommes de terre de conservation (Bintje)	kg	2,500 à 3		
- huile	l	0,08		
- beurre	kg	0,040		
Pommes cocotte :				
- pommes de terre à chair ferme (Belle de Fontenay, BF 15, Charlotte, ...)	kg	2,500		
- huile	l	0,08		
- beurre	kg	0,040		
Pommes château :				
- pommes de terre à chair ferme (grosses B.F. 15) de 0,100 kg pièce	kg	2 à 2,500		
- huile	l	0,08		
- beurre	kg	0,040		
Finition				
- persil	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel fin	kg	PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 15 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : Noisettes et cocotte / Château			***8 min environ / 16 à 20 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Eplucher et laver les pommes de terre - 10 min
(voir p. 124/125)

3. Tourner ou lever les pommes à la cuillère à racine - 20 min
- Tourner les pommes cocotte et les pommes château à l'aide d'un couteau d'office *(voir p. 132/133 et 135).*
- Lever les pommes noisettes et parisienne à la cuillère *(voir p. 131).*
- Les rincer en les brassant et réserver les pommes dans de l'eau très froide.

4. Blanchir les pommes de terre - 5 min
- **Les disposer sur une seule épaisseur** dans une grande sauteuse ou dans un rondeau plat.
- Mouiller à l'eau froide à 1 ou 2 cm au-dessus des pommes de terre et ne pas saler.
- Porter à ébullition très rapidement sur un feu vif.
- Egoutter immédiatement et **ne pas rafraîchir.**

5. Rissoler les pommes de terre - 5 min *(voir p. 418/419)*
- Remettre la sauteuse ou le rondeau sur le feu vif.
- Ajouter l'huile et la chauffer fortement (180-190 °C).
- Verser les pommes de terre en veillant à ce qu'elles ne se superposent pas.
- Ne pas remuer durant quelques instants (les pommes de terre ont refroidi l'huile).
- Les faire sauter vivement afin de les colorer légèrement.
- Terminer la cuisson en plaçant le récipient durant quelques minutes dans un four très chaud (220 °C pour les pommes château, 240 °C pour les pommes cocotte et noisettes).
- Les remuer délicatement de temps en temps à l'aide d'une petite écumoire pour uniformiser la coloration et la cuisson.

6. Débarrasser les pommes rissolées et les beurrer - 5 min
- Egoutter soigneusement les pommes rissolées.
- Les débarrasser dans une calotte, les saler et ajouter le beurre cru découpé en petites parcelles.
- Les sauter délicatement dans la calotte.

7. Dresser les pommes rissolées - 10 min
- Les pommes noisettes, cocotte et château sont saupoudrées de persil haché au moment de l'envoi.

REMARQUES :
- *Ne pas ajouter trop d'eau lors du blanchiment, les pommes de terre risquent d'être «cuites à l'anglaise» avant l'ébullition.*
- *Ne pas les rafraîchir. Egoutter sitôt la reprise de l'ébullition, les pommes sèchent immédiatement. Les risques de projection d'eau dans l'huile très chaude sont limités.*
- *Il est d'usage de rissoler les pommes dans un mélange d'huile et de beurre ou dans du beurre clarifié, mais le plus souvent, le beurre brûle et laisse apparaître des points noirs à la surface, et les pommes deviennent indigestes.*
- *Bien saisir les pommes dans l'huile très chaude afin de provoquer la coloration (dextrinisation) rapide de l'amidon superficiel. La croûte ainsi formée évite aux pommes d'attacher au récipient et empêche l'huile de cuisson de pénétrer à l'intérieur des pommes.*
- *Saler les pommes en fin de cuisson. Le sel facilite la sortie de l'eau de constitution de la pomme de terre et entraîne la fécule (la fécule et la chaleur forment un empois et les pommes attachent au récipient).*



Pommes cocotte

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 bahut moyen
- 2 calottes moyennes
- 1 passoire à queue
- 1 planche à découper

Matériel de cuisson :

- 1 grande sauteuse
  ou
- 1 rondeau plat

Matériel de dressage :

- légumiers
- sous-bols ronds
- papier gaufré



Pommes noisettes

PLATS SIMILAIRES

Pommes parisienne

- Petites pommes noisettes roulées dans de la glace de viande blonde et fondue.
- Saupoudrer de persil haché.

Pommes alsacienne

- Petites pommes nouvelles ou pommes cocotte rissolées au beurre avec des petits lardons de poitrine 1/2 sel et des petits oignons glacés à brun.
- Saupoudrer de fines herbes fraîchement hachées ou ciselées.

Pommes Parmentier

- Pommes de terre taillées en dés de 1 cm de côté, blanchies et rissolées.
- Lier au beurre cru et saupoudrer sans excès de persil fraîchement haché.

Bonnotte de Noirmoutier à la fleur de sel

- Pommes de terres «primeur» de Noirmoutier sassées ou grattées, rissolées au beurre et saupoudrées sans excès de fleur de sel et de persil fraîchement haché.



Pommes château



Pommes bonne-femme



POMMES PAILLE, CHIPS, GAUFRETTES
EN UNE SEULE CUISSON
POMMES ALLUMETTES ET PONT-NEUF
EN DEUX CUISSONS

Pommes de terre de conservation taillées en bâtonnets pour les pommes paille, allumettes et Pont-Neuf, émincées en rondelles pour les chips, quadrillées à la mandoline pour pommes gaufrettes, puis traitées en friture profonde.
Les pommes sèches traitées à la friture accompagnent généralement les grillades de viandes rouges et les grosses pièces de viande de boucherie et de volaille rôties

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
EN UNE SEULE CUISSON :				
Eléments de base				
Pommes paille :				
- pommes de terre de conservation (Bintje)	kg	1,600		
Pommes chips :				
- pommes de terre de conservation	kg	1,600		
Pommes gaufrettes :				
- pommes de terre de conservation	kg	2		
- bain de friture		PM		
EN DEUX CUISSONS :				
Eléments de base				
Pommes allumettes :				
- pommes de terre de conservation	kg	2,500		
Pommes Pont-Neuf :				
- pommes de terre de conservation	kg	2,500		
- bain de friture		PM		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***45 à 50 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : En une seule cuisson / En deux cuissons			***4 à 6 min / 6 à 10 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

EN UNE SEULE CUISSON : POMMES PAILLES, CHIPS ET GAUFRETTES

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Eplucher et laver les pommes de terre - 10 min *(voir p. 124/125)*

3. Tailler les pommes de terre - 15 min *(voir p. 126, 129, 130)*
- Les laver dans plusieurs eaux pour éliminer la fécule.
- Les réserver dans de l'eau claire et très froide.

4. Frire les pommes de terre - 15 à 20 min
- Chauffer le bain de friture à 160/165 °C maximum.
- Egoutter les pommes de terre, puis les sécher soigneusement pour éviter le bouillonnement et les projections.
- Les plonger par petites quantités pour limiter les chocs thermiques (en 3 ou 4 fois).
- Les remuer ou les retourner délicatement à l'aide d'une araignée pour qu'elles ne collent pas entre elles.
- Bien les sécher, puis les égoutter lorsqu'elles sont suffisamment dorées.
- Les débarrasser délicatement sur une plaque recouverte d'un papier absorbant.
- Les saler au sel fin et les réserver au chaud.

5. Dresser les pommes de terre sur un plat recouvert d'une feuille de papier gaufré

REMARQUE : Les pommes paille, chips et gaufrettes doivent être cuites en une seule cuisson dans un bain de friture à 165 °C maximum. Au-delà de cette température, les pommes colorent rapidement, ne dessèchent pas assez et ramollissent rapidement.

EN DEUX CUISSONS : POMMES ALLUMETTES ET PONT-NEUF
Elles sont cuites en deux fois, pochées puis saisies à la commande.

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Eplucher, laver et tailler les pommes de terre - 10 min
(voir p. 125 à 128)

3. Chauffer le bain de friture à la température de 155/160 °C maximum

4. Pocher ou blanchir les pommes de terre (pré-cuisson)
- Les égoutter puis les sécher soigneusement sur un torchon propre.
- Les pocher par petites quantités sans les laisser colorer (elles doivent être simplement cuites, s'en assurer en les pressant entre les doigts).
- Les égoutter et les débarrasser sur une plaque munie d'une grille fine.

5. Terminer ou saisir les pommes de terre
- Monter la température du bain de friture à 180 °C.
- Les plonger à la commande et les laisser dorer.
- Les égoutter soigneusement et les débarrasser sur une plaque recouverte de papier absorbant.
- Les saler au sel fin.

6. Dresser les pommes de terre
Pommes allumettes : les dresser en «buisson» sur un plat rond recouvert d'un papier gaufré.
Pommes Pont-Neuf : les dresser en «buisson» ou les ranger en «stères» sur un plat recouvert d'un papier gaufré.

REMARQUE : Ne jamais saler sur le bain de friture et le filtrer systématiquement après chaque utilisation.



Pommes paille



Pommes gaufrettes



Pommes chips

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 bahut moyen
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper
- 1 grande passoire
- 1 mandoline
- 1 araignée

Matériel de cuisson :

- 1 friteuse

Matériel de dressage :

- plats ronds plats
- papier gaufré

PLATS SIMILAIRES

Pommes mignonnettes

- Tailler les pommes de terre en bâtonnets de 3,5 à 4 cm sur 5 mm de section.
- Les frire en deux cuissons.

Pommes collerettes

- Tailler les pommes de terre en forme de cylindres à l'aide d'un «moule à colonne» cannelé.
- Emincer les cylindres en rondelles régulières de 2 à 3 mm d'épaisseur.
- Evider le centre à l'aide d'un emporte-pièce rond cannelé.
- Frire en deux cuissons.



Pommes allumettes



POMMES CROQUETTES

Pommes duchesse (purée de pommes de terre très sèche liée au beurre et aux jaunes d'œufs), façonnées en rouleaux réguliers de la grosseur d'un bouchon, panés à l'anglaise et frits. Les pommes croquettes accompagnent généralement les pièces de viande de boucherie sautées ou grillées accompagnées d'une sauce courte.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
Pommes duchesse :				
- pommes de terre de conservation (Bintje)	kg	1,200		
- beurre	kg	0,100		
- œufs (jaunes)	pièce	6		
Assaisonnement				
- gros sel	kg	PM		
- sel fin	kg	PM		
- poivre du moulin	kg	PM		
- noix de muscade	kg	PM		
Panure à l'anglaise				
- farine	kg	0,100		
- œufs (entiers)	pièce	3		
- huile	l	0,05		
- sel fin	kg	PM		
- poivre du moulin	kg	PM		
- mie de pain tamisée	kg	0,300		
Friture	l	PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 10 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : Pommes duchesse Pommes croquettes			***20 min*** ***quelques min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Eplucher, laver et tailler les pommes de terre en gros quartiers ou les laisser entières si elles ne sont pas très grosses - 15 min *(voir p. 124/125)*

3. Les marquer en cuisson à l'anglaise - 5 min

4. Confectionner l'appareil à pommes duchesse - 10 min
(voir p. 322/324)
- Bien dessécher l'appareil sur le feu avec le beurre avant d'ajouter les jaunes d'œufs.
- Le débarrasser dans une plaque en acier inoxydable légèrement farinée et filmer pour éviter le croûtage en surface.

5. Préparer les éléments pour paner à l'anglaise - 10 min
- Tamiser et débarrasser la mie de pain dans une plaque.
- Casser, assaisonner et battre les œufs à l'aide d'une fourchette ou d'un petit fouet.
- Ajouter l'huile et réserver l'anglaise dans une 2ème plaque.
- Réserver la farine dans une petite calotte.
- Prévoir un plateau recouvert d'une feuille de papier sulfurisé pour réserver les pommes croquettes.

6. Confectionner les pommes croquettes - 15 min
- Diviser l'appareil à pommes duchesse en petites boules de 0,200 kg environ.
- Fariner le plan de travail.
- Rouler les boules de pommes duchesse et leur donner la forme de rouleaux réguliers de 2 à 2,5 cm de diamètre.
- Détailler les rouleaux en tronçons de 4,5 à 5,5 cm de longueur (de la taille d'un gros bouchon).
- Les passer successivement et délicatement dans l'anglaise puis dans la mie de pain.
- Saupoudrer le plan de travail de mie de pain et rectifier la forme des croquettes en les roulant délicatement et en égalisant les extrémités à l'aide d'une spatule métallique.
- Ranger régulièrement les croquettes sur le plateau.
- Les réserver filmées en enceinte réfrigérée.

7. Frire les croquettes à la commande - 5 min
- Disposer les croquettes par petites quantités dans un panier à friture.
- Les frire à la commande dans un bain d'huile chauffé à 180 °C environ.
- Les égoutter sur du papier absorbant en les retirant de la friture délicatement à l'aide d'une araignée. Les pommes croquettes doivent être dorées et croustillantes.
- Les saler légèrement au sel fin.

8. Dresser les pommes croquettes - 5 min
- Les dresser sur un plat recouvert d'un papier gaufré.

9. Filtrer le bain de friture selon la procédure interne à l'établissement.

REMARQUE : *Selon les appellations, la pomme duchesse peut être façonnée de formes diverses.*



Pommes croquettes

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte
- 1 moulin à légumes
  ou
- 1 tamis et 1 pilon
- 1 corne
- 1 grande plaque
  ou
- 1 plateau
- 1 bahut moyen
- 1 calotte moyenne

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
- 1 friteuse

Matériel de dressage :

- grands plats longs
- papier gaufré

POMMES DAUPHINE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Préparer des pommes duchesse avec 0,800 kg de pommes de terre Bintje *(voir p. 322/324)*

- Ne pas ajouter la liaison beurre et jaunes d'œufs.

3. Confectionner une pâte à choux en partant sur les bases d'1/4 de litre d'eau *(voir p. 505)*

- Utiliser 0,080 kg de beurre, 0,125 kg de farine et 4 œufs entiers.

4. Terminer l'appareil à pommes dauphine

- Sécher les pommes de terre à l'entrée d'un four très chaud.
- Les passer au tamis sur la pâte à choux.
- Mélanger intimement à l'aide d'une spatule en bois.
- Corner les bords et filmer.

5. Frire les pommes dauphine

- Chauffer le bain de friture à 160/170 °C maximum.
- Façonner les pommes dauphine à l'aide de deux cuillères à entremets ou d'une poche munie d'une grosse douille ronde et unie.
- Les façonner de la grosseur d'une petite noix et les déposer au fur et à mesure dans le bain d'huile.
- Ne pas en frire trop à la fois, les pommes dauphine augmentent de volume.
- Laisser les pommes gonfler et remonter à la surface du bain de friture.
- Les retourner délicatement si nécessaire à l'aide d'une araignée.
- Lorsqu'elles sont bien dorées, les égoutter délicatement sur du papier absorbant.
- Les saler avec du sel fin.

6. Dresser les pommes dauphine

- Les dresser immédiatement en dôme sur un plat rond recouvert d'un papier gaufré.



Pommes dauphine

PLATS SIMILAIRES

Pommes amandine

- Pommes duchesse façonnées en forme d'amandes et panées avec des amandes hachées ou effilées.

Pommes Berny ou croquettes périgourdine

- Pommes amandine additionnées d'une brunoise de truffes.

Pommes St-Florentin

- Pommes duchesse additionnées d'une brunoise fine de jambon.
- Façonner en forme de bouchons et paner aux vermicelles légèrement brisés. Aplatir légèrement pour donner une forme rectangulaire.

Croquettes de marron

- Mélanger en parties égales de la purée de marrons et de la pomme duchesse réalisée à partir de pommes de terre et de patates douces, ajouter des brisures de marrons braisés. Façonner en forme de marrons et paner à l'anglaise.

Pommes croquettes à la lyonnaise

- Appareil à pommes duchesse additionné d'une fondue d'oignons ciselés et de persil haché. Façonner, paner et frire.

Pommes Elisabeth

- Pommes dauphine garnies après cuisson d'épinards à la crème.

Pommes Lorette

- Pommes dauphine fromagées, façonnées soit en forme oblongue (cigare), soit en forme de croissant.



Pommes amandine



GRATIN DE POMMES DE TERRE AU FROMAGE

Pommes de terre émincées en rondelles et cuites au four dans un mélange de crème et de gruyère, puis gratinées. Il accompagne le plus souvent les viandes de boucherie rôties ou éventuellement poêlées (rôtis de bœuf, gigot ou selle d'agneau rôti).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- pommes de terre à chair ferme	kg	2		
- lait	l	1		
- crème	l	0,50		
- gruyère	kg	0,200		
- beurre	kg	0,040		
Plat				
- ail (2 gousses)	kg	0,015		
- beurre	kg	0,040		
Finition				
- beurre	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel fin	kg	PM		
- poivre du moulin	kg	PM		
- noix de muscade	kg	PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***40 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : Précuisson			***6 à 8 min***	
Gratin			***30 à 40 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Réaliser la mise en place du gratin - 15 min
- Eplucher et laver les pommes de terre.
- Eplucher, dégermer et laver les gousses d'ail.
- Râper et tamiser le gruyère.

3. Emincer les pommes de terre - 10 min
- Egoutter et éponger soigneusement les pommes de terre.
- Les émincer finement et régulièrement à l'aide d'une mandoline (2 mm d'épaisseur environ).
- Les débarrasser au fur et à mesure dans une grande russe et les recouvrir avec le lait froid.

4. Pré-cuire les pommes de terre - 5 min
- Placer la russe sur un feu et porter lentement à ébullition.
- Pré-cuire les pommes de terre durant 6 à 8 min.
- Les remuer très délicatement à l'aide d'une petite écumoire afin qu'elles n'attachent pas au fond du récipient.
- Assaisonner aux 2/3 de la pré-cuisson avec du sel fin, du poivre du moulin et quelques râpures de noix de muscade.

5. Préparer les plats à gratin - 5 min
- Les frotter uniformément avec les gousses d'ail et les beurrer copieusement.

6. Réaliser le montage des gratins - 10 min
- Egoutter délicatement les pommes et vérifier l'assaisonnement.
- Disposer une couche mince de pommes de terre au fond de chaque plat.
- Napper copieusement avec une partie de la crème.
- Ajouter la moitié du fromage tamisé en le répartissant uniformément.
- Recouvrir d'une deuxième couche mince de pommes de terre.
- Régulariser l'épaisseur du gratin qui ne doit pas être trop épais (2 cm environ).
- Napper à nouveau avec le reste de la crème.
- Saupoudrer avec le reste du fromage et répartir quelques petites parcelles de beurre sur le dessus.

7. Gratiner les pommes de terre - 3 min
- Placer les plats dans un four à 180/200 °C durant une trentaine de minutes au minimum de manière à obtenir simultanément la fin de la cuisson des pommes de terre, la réduction de la crème et un gratin bien doré et régulier.

8. Dresser les gratins - 2 min
- Nettoyer soigneusement le bord des plats.
- Les lustrer au beurre clarifié à l'aide d'un pinceau, puis les disposer sur des plats longs recouverts de papier gaufré.



Gratin de pommes de terre au fromage

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte
- 1 planche à découper
- 1 tamis
- 1 bahut moyen
- 1 grande passoire
- 1 mandoline

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
  ou
- 1 rondeau plat

Matériel de dressage :

- plats sabots ou à gratin
- sous-bols longs
- papier gaufré

GRATIN DE POMMES DE TERRE FAÇON DAUPHINOIS

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min

2. Eplucher et laver 2 kg de pommes de terre à chair ferme

3. Emincer les pommes de terre

- Les égoutter et les éponger soigneusement.
- Les émincer finement et régulièrement à l'aide d'une mandoline et ne pas les laver (la fécule et la réduction de la crème assurent la liaison).
- Les sécher à nouveau sur un linge propre.

4. Préparer la gratin

- Frotter l'intérieur de deux grands plats à gratin avec des gousses d'ail.
- Beurrer copieusement les fonds ainsi que les bords avec 0,050 kg de beurre.
- Ranger les pommes de terre par couches successives en les assaisonnant de sel, de poivre et de quelques râpures de noix de muscade entre chaque couche.
- Détendre 0,50 l de crème avec 0,30 l de lait si elle est trop épaisse, ou utiliser 0,80 l de crème liquide.
- Verser le mélange de crème et de lait ou la crème liquide sur les pommes de terre. Le liquide doit arriver à hauteur des pommes de terre.
- Parsemer de petites parcelles de beurre.

5. Cuire les gratins

- Les placer dans un four doux à 150/160 °C durant environ 1 h 20 à 1 h 30 min de manière à obtenir un gratin complet (cuisson des pommes de terre, réduction de la crème et formation d'un gratin en surface).

PLATS SIMILAIRES

Gratin de pommes de terre façon savoyarde

- Pommes de terre émincées finement, assaisonnées et disposées en couches pas trop épaisses dans des plats à gratin. Répartir du Beaufort tamisé entre chaque couche. Verser du consommé blanc simple ou du fond blanc à hauteur des pommes de terre. Saupoudrer à nouveau de Beaufort et répartir quelques petites parcelles de beurre à la surface. Cuire les gratins dans un four doux durant 1 heure environ.

Gratin de pommes de terre forézien

- Mélanger dans une calotte les pommes de terre émincées et le gruyère ou le comté râpé et les disposer dans le plat à gratin beurré. Faire bouillir la crème, l'assaisonner et ajouter de l'ail haché. Verser le mélange sur les pommes de terre. Cuire lentement au four de manière à obtenir un gratin complet.

Gratin de pommes de terre normande

- Ranger dans un plat à gratin et par couches successives, des pommes de terre émincées en rondelles et de la fondue de blancs de poireaux et d'oignons mélangés. Mouiller avec du lait ou de la crème liquide. Cuire lentement au four jusqu'à la formation d'un gratin complet.

Gratin des capucins

- Tronçons de haricots verts cuits à l'anglaise et liés au beurre, champignons de Paris émincés et sautés. Napper de sauce Mornay légère et gratiner.

Gratin de chouchoux au coco d'mort

- Eplucher, partager en quatre dans la longueur et ôter les noyaux des chouchoux. Les compoter lentement à l'huile avec de l'oignon, de l'ail et une pointe de thym et de piment. Napper avec de la sauce béchamel et saupoudrer de chapelure et d'edam très sec râpé (coco d'mort). Gratiner au four.



FLANS DE LÉGUMES

Petite garniture généralement d'accompagnement, composée d'une purée de légumes additionnée d'un appareil à crème prise salé et pochée au bain-marie ou à la vapeur.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Flans de carotte, de chou-fleur, de brocoli, de céleri et d'épinards				
Purée surgelées				
- purée de carotte	kg	0,400		
ou				
- purée de chou-fleur	kg	0,400		
ou				
- purée de brocoli	kg	0,400		
ou				
- purée de céleri	kg	0,400		
ou				
- purée d'épinards	kg	0,400		
Appareil à crème prise salé				
- œufs entiers (1 pièce)	kg	0,060		
- œufs (2 jaunes)	kg	0,040		
- crème liquide U.H.T.	l	0,10		
Finition				
- beurre pour les moules et pour lustrer	kg	0,020		
Assaisonnement				
- sel fin	kg	PM		
- poivre du moulin	kg	PM		
- noix de muscade	kg	PM		
Coût matières pour 8 couverts			…… €	
Coût matières pour 1 couvert			…… €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			35 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			8 à 12 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Dessécher la purée - 10 min
- Placer la purée dans une grande sauteuse et la dessécher sur le feu en la remuant sans discontinuer durant une dizaine de minutes à l'aide d'une spatule, ou selon le légume choisi, réaliser la purée fraîche ou la fondue de tomate.
- Vérifier l'assaisonnement et la débarrasser dans une calotte en acier inoxydable.

3. Réaliser l'appareil à crème prise salé - 5 min
- Mélanger l'œuf entier, les jaunes et la crème liquide.
- Assaisonner et passer l'appareil sur la purée de légumes.
- Lisser et homogénéiser au fouet (pour apporter un peu de «fermeté» à la préparation, et selon le légume utilisé, il est possible d'ajouter des inflorescences de chou-fleur ou de brocoli, une brunoise de céleri ou de carotte cuits à l'anglaise ou à la vapeur et étuvés).

4. Préparer les moules à darioles - 5 min
- Faire fondre le beurre et beurrer les moules à l'aide d'un pinceau.
- Appliquer au fond de chaque moule un petit disque de papier sulfurisé beurré.

5. Garnir les moules - 3 min
- Les remplir avec l'appareil (dans le cas de l'utilisation d'une garniture, la répartir équitablement).

6. Marquer les flans en cuisson - 2 min
- Appliquer une feuille de papier sulfurisé au fond d'une plaque creuse ou d'un sautoir.
- Placer les moules puis remplir le récipient de cuisson d'eau bouillante jusqu'aux 2/3 de la hauteur des moules.
- Cuire au four à 180/200 °C durant 8 à 12 min (selon le diamètre des moules).

7. Débarrasser les flans - 3 min
- S'assurer de leur cuisson (piquer une aiguille à brider au cœur d'un flan, aucune trace d'appareil non coagulé ne doit remonter à la surface).
- Les sortir du bain-marie et les laisser reposer durant quelques minutes.

8. Dresser - 2 min
- Démouler et mettre immédiatement en place sur le plat ou sur l'assiette de service (vérifier que le papier sulfurisé ne soit pas resté collé au flan), et lustrer au beurre clarifié.



Petit flan d'asperges

Matériel de préparation :
- 1 grande sauteuse
- 1 spatule en exoglass
- 1 grande calotte
- 1 ramequin
- 1 mesure d'1 dl

Matériel de cuisson :
- 8 petits moules à darioles
  ou
- 8 ramequins

Matériel de dressage :
- plat de la préparation principale ou assiettes de base ou grande assiettes

FLANS DE TOMATE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Préparer les légumes
- Eplucher, laver, ciseler 0,040 kg d'échalote ou d'oignon.
- Monder, épépiner et concasser 0,800 kg de tomates mures et très parfumées.
- Eplucher, laver et dégermer 0,015 kg d'ail (2 gousses).
- Réaliser un petit bouquet garni avec une dominante en thym.

3. Réaliser la fondue de tomate
- Lui ajouter si nécessaire 0,020 kg de concentré de tomate et une pincée de sucre.
- Bien la dessécher puis la mixer ou la passer au tamis.

4. Réaliser l'appareil à crème prise salé
- Mélanger 2 jaunes d'œufs, 1 œuf entier et 0,10 l de crème, assaisonner puis passer l'appareil sur la fondue de tomate réduite.

5. Beurrer les moules à darioles *(voir ci-contre)*

6. Garnir les moules avec l'appareil
- Selon l'utilisation, une brunoise de poivrons mondés et étuvée peut être ajoutée.

7. Marquer les flans en cuisson
- Les cuire au bain-marie ou au polycuiseur à 180/200 °C durant 8 à 12 min.

8. Les débarrasser puis les lustrer
- Les laisser reposer durant quelques minutes avant de les démouler.
- Mettre en place directement et lustrer au beurre clarifié.

PLATS SIMILAIRES

Flan de courgette à la fleur de thym
- Courgettes partiellement épluchées, détaillées en cubes d'1 cm de côté et sautées à l'huiler d'olive avec oignons ciselés, ail haché, herbes ciselées et fleur de thym.
- Mixer la moitié des courgettes et ajouter l'appareil à crème prise salé.
- Mélanger les cubes sautés restés entiers à l'appareil mixé.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Mouler et pocher au bain-marie.
- Démouler, mettre en place, lustrer (les moules peuvent être chemisés avec des rondelles de courgette cannelées sautées à l'huile d'olive).

Flan d'ail rose de Lautrec
- Eplucher, laver et blanchir à deux reprises les gousses d'ail frais de Lautrec.
- Les pocher très lentement dans de la crème liquide parfumée à la fleur de thym.
- Mixer puis ajouter l'appareil à crème prise salé.
- Mouler et pocher au bain-marie.



Flan de chou-fleur



Flan d'épinards



GRATIN DE COURGETTES

Courgettes niçoises taillées en petits dés sautés à l'huile d'olive, en mélange à une purée de courgettes additionnée d'un appareil à crème prise salé, puis gratinés.
Ces garnitures accompagnent généralement les préparations à base d'agneau (gigot, épaule, selle rôtis, brochettes, côtelettes grillées), mais également les poissons grillés (thon frais, loups, rougets).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- courgettes niçoises	kg	2		
- huile d'olive	l	0,10		
- huile d'arachide	l	0,10		
Garniture aromatique				
- oignons	kg	0,200		
- ail (3 belles gousses)	kg	0,020		
- persil plat	kg	0,020		
- fleur de thym		PM		
- herbes de Provence		PM		
Appareil à crème prise				
- œufs entiers	p	4		
- jaunes d'œufs	p	4		
ou				
- œufs entiers	p	6		
- lait	l	0,20		
- crème	l	0,20		
Finition				
- parmesan râpé	kg	0,080		
Assaisonnement				
- sel fin	kg	PM		
- poivre du moulin	kg	PM		
- noix de muscade	kg	PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 05 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			***20 à 25 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Laver, éplucher, détailler puis mettre les courgettes à dégorger - 15 min
- Les laver et parer les extrémités, puis les canneler régulièrement ou les peler à l'aide d'un économe en laissant un passage de peau une fois sur deux.
- Les détailler en dés réguliers d'environ 1 cm de section.
- Les saupoudrer de sel fin et les débarrasser sur une plaque munie d'une grille.
- Filmer et réserver les dés de courgettes en enceinte réfrigérée.

3. Préparer les élémemts de la garniture aromatique - 10 min
- Eplucher, laver et ciseler finement les oignons.
- Eplucher, dégermer, laver, écraser et hacher l'ail.
- Laver, équeuter, essorer, concasser et hacher le persil plat.
- Laver, éponger, sécher et passer la fleur de thym au tamis.

4. Réaliser l'appareil à crème prise salé - 5 min
- Réunir dans une calotte les œufs entiers et les jaunes.
- Ajouter le lait et la crème, puis mélanger à l'aide d'un petit fouet.
- Assaisonner, passer l'appareil au chinois étamine et le réserver.

5. Sauter les courgettes - 15 min
- Les égoutter et les éponger soigneusement.
- Les sauter vivement par petites quantités à la fois dans un mélange d'huile d'olive et d'arachide.
- Les maintenir fermes et légèrement colorées.
- Ajouter les oignons ciselés, l'ail haché, le persil et la fleur de thym aux 2/3 de la cuisson.
- Vérifier l'assaisonnement.
- Sauter à nouveau l'ensemble durant quelques minutes et égoutter les courgettes en les débarrassant dans une passoire placée au dessus d'une calotte.

6. Réaliser l'appareil à gratin - 10 min
- Partager les courgettes sautées en deux parties égales.
- Réserver une moitié dans une grande calotte et mixer l'autre finement.
- Réunir la purée de courgettes avec les petits dés dans la même calotte.
- Ajouter l'appareil à crème prise et mélanger délicatement, puis vérifier l'assaisonnement.

7. Terminer le gratin de courgettes - 3 min
- Huiler légèrement le plat à gratin avec de l'huile d'olive.
- Verser l'appareil.
- Saupoudrer avec le parmesan râpé.
- Placer le plat dans un four préchauffé à 200/220 °C durant 20 à 25 min.
- S'assurer de la cuisson du gratin et de sa coloration (l'appareil doit être entièrement coagulé, s'en assurer à la pression du doigt ou à l'aide d'une aiguille à brider, en aucun cas de l'appareil liquide ne doit remonter à la surface).
- S'il manque de coloration, le passer durant quelques secondes sous un gril ou sous la salamandre.

8. Dresser le gratin - 2 min
- Placer le plat de gratin sur un autre plat long recouvert de papier gaufré.



Gratin Ismael Bayeldi

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande calotte
- 1 calotte moyenne
- 1 grande passoire
- 1 planche à découper
- 1 tamis et 1 pilon
- 1 mixeur
- 1 chinois étamine

Matériel de cuisson :

- 1 grande poêle
- plats sabots ou plats à gratin

Matériel de dressage :

- sous-bols longs
- papier gaufré

RATATOUILLE FAÇON NIÇOISE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Eplucher les légumes

- Laver, parer les extrémités et peler 0,800 kg d'aubergines et 1 kg de courgettes.
- Laisser un passage de peau sur deux ou les canneler régulièrement.
- Les tailler en petits dés réguliers de 6 à 8 mm de section, les saupoudrer de sel fin puis les laisser dégorger durant une trentaine de minutes.
- Monder, épépiner et détailler 0,400 kg de poivrons rouges et verts en petits dés.
- Eplucher, laver et ciseler finement 0,300 kg d'oignons.
- Monder, épépiner et concasser 0,800 kg de tomates.
- Eplucher, dégermer, laver, écraser et hacher 0,040 kg d'ail.
- Confectionner un fort bouquet garni riche en thym, y ajouter une belle branche de céleri et de fenouil.

3. Marquer la fondue de tomates

- Suer l'oignon ciselé dans un rondeau plat avec 0,05 l d'huile d'arachide et 0,05 l d'huile d'olive.
- Ajouter les tomates concassées, l'ail, le bouquet garni et éventuellement 0,020 kg de concentré de tomates si les tomates ne sont pas suffisamment rouges.
- Assaisonner et ajouter une petite pincée de sucre semoule.
- Cuire la fondue jusqu'à l'évaporation complète de l'eau de végétation des tomates.

4. Sauter le reste des légumes

- Sauter les courgettes, les aubergines et les poivrons séparément dans un mélange d'huile d'arachide et d'olive.
- Les cuire presque entièrement et les colorer très régulièrement.
- Les égoutter en les débarrassant dans une passoire placée sur une calotte.

5. Terminer la ratatouille

- Ajouter les légumes à la fondue de tomates.
- Laisser la ratatouille finir de cuire très lentement durant une quinzaine de minutes et la remuer délicatement à l'aide d'une spatule (en grande quantité il est préférable de couvrir le rondeau et de terminer la cuisson dans un four à 200/210 °C).
- Vérifier l'assaisonnement et dresser ou refroidir rapidement.

REMARQUE : Selon l'utilisation de la ratatouille, les légumes peuvent être taillés un peu plus gros ou en tronçons ou en rondelles. Servie froide, elle peut être agrémentée de petites olives noires, de câpres et parsemée de basilic ciselé.

PLATS SIMILAIRES

Gratin Ismael Bayeldi

- Masquer le fond d'un plat à gratin avec une fondue d'oignons légèrement colorés.
- Disposer en alternant les couleurs et en les chevauchant, des rangées d'aubergines cannelées et taillées en rondelles, dégorgées et sautées, des rangées de tranches de tomates mondées et des rangées de courgettes cannelées et taillées en rondelles, dégorgées et sautées à l'huile d'olive.
- Saupoudrer avec une persillade composée de mie de pain, d'ail, de persil et d'herbes de Provence ou de fleur de thym.
- Arroser avec quelques gouttes d'huile d'olive.
- Finir de cuire au four et gratiner légèrement sous la salamandre.

Gratin provençale

- Masquer le fond d'un plat à gratin avec une fondue d'oignons légèrement colorés.
- Disposer en alternant les couleurs et en les chevauchant, des rangées de courgettes cannelées et taillées en biais en rondelles épaisses, dégorgées au sel fin et sautées, et des rangées de tranches de tomates mondées et dégorgées.
- Saupoudrer d'ail haché, de persil, de fleur de thym ou d'herbes de Provence, puis de parmesan râpé tamisé.
- Arroser avec quelques gouttes d'huile d'olive.
- Finir de cuire au four et gratiner si nécessaire sous la salamandre.

Tomates provençales

- Eliminer le pédoncule et monder les tomates.
- Les partager en deux transversalement et les presser délicatement pour éliminer l'eau de végétation et les pépins.
- Les assaisonner et les mettre à dégorger retournées sur une grille.
- Les garnir avec une persillade composée de mie de pain blanche tamisée, d'ail et de persil hachés, d'herbes de Provence ou de fleur de thym.
- Arroser avec quelques gouttes d'huile d'olive, cuire et gratiner au four durant quelques minutes.



Ratatouille façon niçoise



PETITS LÉGUMES FARCIS FAÇON NIÇOISE

Assortiment de petits légumes (courgettes rondes, pâtissons, tronçons d'aubergines, oignons rouges, tomates), garnis d'une farce à base de légumes, de viande hachée, de riz et d'aromates, le tout gratiné au four.
Les petits légumes farcis se consomment en tant que plat principal ou accompagnent de préférence les préparations à base d'agneau rôti ou grillé.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- tomates «garniture» (8 x 0,060 kg)	kg	0,480		
- courgettes rondes (8 x 0,060 kg)	kg	0,480		
ou				
- patissons (8 x 0,060)	kg	0,480		
- aubergines longues (2 x 0,250 kg)	kg	0,500		
- oignons rouges (8 x 0,060 kg)	kg	0,480		
Farce				
- riz long	kg	0,100		
- huile d'olive	l	0,10		
- poitrine de porc fumée	kg	0,200		
ou à défaut				
- chair à saucisse	kg	0,250		
- jambon blanc	kg	0,100		
- pulpe ou chair des légumes en traitement	kg	PM		
- ail (2 gousses)	kg	0,015		
- tomate (1 grosse)	kg	0,150		
- poivron rouge (1/3 p)	kg	0,100		
- fenouil tubéreux (1/3 p)	kg	0,100		
- persil plat	kg	0,020		
- basilic	bt	1/4		
- herbes de Provence		PM		
ou				
- fleur de thym		PM		
Liaison de la farce				
- mie de pain blanche	kg	0,100		
- œufs entiers	p	2		
Finition				
- parmesan râpé	kg	0,100		
ou				
- mie de pain blanche	kg	0,100		
- huile d'olive	l	0,05		
Assaisonnement				
- sel fin		PM		
- poivre du moulin		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 45 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : Farce			***20 min***	
Légumes farcis			***20 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Evider les légumes - 30 min
- Laver, ôter le pédoncule et évider les tomates. Les assaisonner, les retourner et les laisser dégorger sur une plaque munie d'une grille.
- Cercler les courgettes ou les pâtissons en enfonçant un emporte-pièce rond uni du côté des pédoncules, dégager les couvercles puis la chair en utilisant une cuillère à pommes noisettes.
- Réserver la chair dans une calotte.
- Saler les courgettes ou les pâtissons et les laisser dégorger retournés sur une plaque munie d'une grille.
- Canneler et tronçonner les aubergines en quatre, les cercler à 5 mm des bords et les évider à l'aide d'une cuillère à pommes noisettes.
- Réserver la chair avec celle des courgettes.
- Dégorger les tronçons d'aubergines.
- Eplucher délicatement les oignons en évitant de déchirer la première couche.
- Sectionner la partie supérieure des oignons sur 1 cm à 1,5 cm de hauteur.
- Pratiquer une incision en enfonçant transversalement la lame d'un couteau d'office à la base de l'oignon à environ 1 cm du talon ceci pour dégager ultérieurement les couches inférieures.

3. Blanchir les légumes - 10 min
- Plonger les aubergines dans l'eau bouillante durant 6 à 8 min (elles doivent être tendres mais se soutenir sans s'affaisser), les oignons durant une dizaine de minutes et les courgettes durant 4 à 6 min.
- Les rafraîchir dans de l'eau glacée et les égoutter délicatement.
- Evider les oignons en ne laissant subsister autour et au fond qu'une épaisseur de deux couches de chair.
- Hacher finement la chair des couches inférieures.

4. Laver et cuire le riz - 5 min
- Le laver et le cuire dans une grande quantité d'eau bouillante salée. Le rafraîchir et le réserver.

5. Préparer les éléments de la farce - 20 min
- Tailler le jambon et la poitrine fumée en petits dés (brunoise).
- Monder et tailler la pulpe de la tomate en petits dés.
- Monder le poivron au four ou à l'huile et le tailler en brunoise.
- Eplucher, effilandrer et tailler le fenouil également en petits dés.
- Hacher le basilic et le persil.

6. Réaliser la farce - 20 min
- Concasser et hacher la chair des aubergines, des courgettes et des pâtissons.
- La faire revenir dans une sauteuses avec de l'huile d'olive.
- Ajouter la brunoise de fenouil, de poivron, les oignons et l'ail hachés.
- Laisser compoter avec une légère coloration sur un feu doux.
- Sauter à part le jambonc blanc et la poitrine fumée.
- Les ajouter aux légumes puis successivement les dés de pulpe de tomate, le riz créole, le persil et le basilic hachés et la mie de pain.
- Sécher la farce sur le feu en utilisant une spatule, puis ajouter hors du feu les deux œufs battus en omelettte.
- Vérifier l'assaisonnement.

7. Farcir les légumes - 10 min
- Les farcir copieusement en dôme à l'aide d'une poche munie d'une grosse douille ronde unie ou à l'aide d'une cuillère.
- Lisser la farce sur le dessus.
- Saupoudrer de parmesan ou de mie de pain tamisé et arroser de quelques gouttes d'huile d'olive.
- Ranger les légumes farcis dans un plat à gratin légèrement huilé.

8. Terminer la cuisson et gratiner les légumes - 3 min
- Placer le plat dans un four à 200 °C durant une quinzaine de minutes puis augmenter la température pour obtenir le gratin ou passer le plat sous la salamandre.

9. Dresser les légumes farcis - 2 min
- Disposer le plat sur un grand plat long recouvert de papier gaufré.



Petits légumes farcis façon niçoise

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 1 grande passoire
- 3 petites calottes
- 1 grande calotte
- 3 calottes moyennes
- 1 planche à découper

Matériel de cuisson :

- 1 grande russe
  ou
- 1 rondeau plat
- 1 grande sauteuse
- 1 petite poêle ronde

Matériel de dressage :

- plats sabots ou plats à gratin
- sous-bols
- papier gaufré

CHRISTOPHINES FARCIES

1. Mettre en place le poste de travail

2. Cuire les christophines à l'anglaise

- Cuire 4 christophines de 0,400 kg chacune dans une grande quantité d'eau salée.
- Les sonder à l'aide d'une aiguille à brider au bout d'une vingtaine de minutes.
- Les égoutter et les laisser légèrement refroidir sans les rafraîchir.

3. Imbiber une demie baguette de pain dans l'eau de cuisson

- La plonger durant quelques secondes puis l'essorer fortement dans une étamine.

4. Préparer la garniture de la farce

- Tailler 0,100 kg de jambon blanc et 0,200 kg de poitrine fumée en petits dés de 2 à 3 mm de section.
- Eplucher, laver et ciseler finement 0,200 kg d'oignons.
- Eplucher, laver et ciseler finement une botte de cives (ciboules).
- Eplucher, dégermer, laver, écraser et hacher 6 gousses d'ail.
- Hacher un petit morceau de piment lanterne bien rouge et très parfumé.

5. Réaliser la pulpe de christophines

- Partager les christophines en deux dans le sens de la longueur et dégager le noyau central.
- Les cercler à quelques millimètres des bords (suffisamment afin qu'elles ne s'affaissent pas) et les evider délicatement à l'aide d'une cuillère à potage.
- Presser fortement la pulpe recueillie dans une étamine.

6. Réaliser la farce

- Mixer finement la pulpe des christophines.
- Suer à l'huile d'arachide les oignons ciselés, puis ajouter la brunoise de poitrine fumée.
- Laisser cuire lentement durant quelques minutes.
- Ajouter successivement l'ail, les cives, le jambon et le piment.
- Bien mélanger l'ensemble, puis incorporer la pulpe des christophines et le pain.
- Dessécher la farce en la travaillant sur le feu à l'aide d'une spatule.
- Vérifier l'assaisonnement.

7. Farcir les christophines

- Les garnir copieusement avec la farce.
- Saupoudrer avec 0,050 kg de mie de pain tamisée et arroser avec quelques gouttes d'huile.

8. Gratiner et dresser les christophines

- Les placer dans un four à 200/210 °C jusqu'à ce qu'elles soient brûlantes et bien gratinées.
- Les dresser sur un grand plat rond recouvert d'une feuille de papier gaufré.
- Placer un bouquet de persil au centre du plat.

PLATS SIMILAIRES

Tomates farcies pour petites garnitures d'appellation (Judic, Richelieu, ...)

- Monder, évider et dégorger des petites tomates garnitures.
- Les garnir avec une duxelles pour légumes farcis (duxelles sèche de champignons déglacée au vin blanc et réduite, ajouter de la sauce espagnole ou demi glace tomatée, un peu d'ail, du persil haché et de la mie de pain).
- Garnir les tomates, les saupoudrer de mie de pain tamisée et les arroser de quelques gouttes de beurre fondu.
- Les cuire au four et finir de les gratiner sous la salamandre.

Fleurs mâles de courgettes farcies

- Oter le pistil, parer les sépales et raccourcir le pétiole des fleurs.
- Les garnir avec une farce à base de chair de courgettes sautées, d'oignons, d'ail, d'herbes fraîches, de poitrine de porc fumée ou d'un reste de viande hachée (agneau).
- Lier la farce avec des œufs, de la fécule et un peu de pain de mie.
- Les farcir à l'aide d'une poche munie d'une douille ronde unie.
- Les ranger dans un plat huilé et les cuire au four durant une vingtaine de minutes.



Christophines farcies



▲
Timbale de primeurs



▲
Pommes Saint-Florentin



▲
Pommes soufflées



▲
Céleri braisé milanaise



▲
Fondants aux lardons



▲
Tomates provençale

LES DESSERTS



Bref rappel de technologie

En restauration, il est d'usage de distinguer :
- *Les entremets froids de cuisine (crème caramel, mousse au chocolat, œufs à la neige, …)*
- *Les entremets chauds de cuisine (crêpes au sucre, soufflés à la liqueur, gratins de fruits, …)*
- *Les desserts à base de fruits frais ou pochés (salade de fruits, compotes, …) ;*
- *Les entremets glacés (soufflés, parfaits glacés, …) ;*

dont la réalisation est le plus souvent confiée à un jeune cuisinier spécialisé.

Les desserts relevant de la pâtisserie sont confiés à un pâtissier (pithiviers, bûche de Noël, petits fours frais, gâteaux d'anniversaire, glaces, sorbets, …).

La restauration commerciale utilise le plus souvent des produits d'assemblage (pâtes, crèmes, appareils prêts à l'emploi, sauces, coulis, fruits au sirop, mix pour sorbets, …).



Tartes feuilletées en bandes



Techniques mises en œuvre

- **Réaliser une pâte de base :**
  - **pâte sucrée**
  - **pâte sablée**
  - **pâte feuilletée**
  - **appareil à génoise et à biscuits**
  - **appareil à crêpes**
  - **pâte à choux**
  - **pâte à frire**
  - **pâte à brioche**
  - **pâte à savarin**
- **Réaliser une crème de base :**
  - **crème anglaise**
  - **crème pâtissière**
  - **crème Chantilly**
  - **crème d'amandes**
  - **crème au beurre**
- **Fourrer et masquer un biscuit**
- **Glacer au fondant**
- **Cuire du sucre, réaliser un caramel**
- **Monter un entremets en cercle**



Fraisier



Forêt noire



Crêpes soufflées



CRÈME RENVERSÉE AU CARAMEL

Entremets réalisé à partir d'un appareil à crème prise sucré «poché au bain-marie» dans un moule caramélisé. Après complet refroidissement la crème caramel est démoulée de manière à ce que le caramel soit sur le dessus. Les petits pots de crème dont l'appareil est plus fragile (uniquement réalisé à partir de jaunes d'œufs) sont servis directement dans les petits pots de cuisson.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- lait	l	1		
- œufs entiers (6 pièces)	kg	0,330		
- sucre semoule	kg	0,200		
- vanille	gousse	1/2		
Caramel				
- sucre semoule	kg	0,140		
- eau	l	PM		
Coût matières pour 8 couverts			…… €	
Coût matières pour 1 couvert			…… €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***40 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON (moules pour 4 personnes)			***30 à 35 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner le caramel - 8 min *(voir p. 581/585)*
- Réunir l'eau et le sucre dans un poêlon, porter à ébullition, essuyer de temps en temps les parois du poêlon à l'aide d'un pinceau humidifié.
- Arrêter la cuisson du caramel lorsqu'il commence à prendre une teinte brune légèrement prononcée.

3. Chemiser les moules avec le caramel - 2 min
- Verser le caramel immédiatement dans les moules et les chemiser uniformément ou le verser simplement au fond des moules.

4. Confectionner l'appareil à crème prise sucré - 15 min *(voir p. 562)*
- Mettre le lait à bouillir avec la demi-gousse de vanille fendue en deux dans le sens de la longueur et laisser infuser durant quelques minutes.
- Blanchir les œufs entiers avec le sucre dans une calotte en inox.
- Verser progressivement le lait bouillant sur les œufs blanchis en remuant à l'aide d'un fouet.
- Passer l'appareil au chinois étamine et écumer soigneusement.

5. Marquer les crèmes caramel en cuisson - 5 min
- Tapisser le fond d'une plaque allant au four avec une feuille de papier sulfurisé.
- Emplir les moules caramélisés avec l'appareil.
- Disposer les moules dans la plaque.
- Mouiller à mi-hauteur des moules avec de l'eau bouillante.
- Cuire les crèmes caramel au bain-marie et au four à 180 °C pendant 30 à 35 min.
- S'assurer de leur cuisson, les sonder à cœur à l'aide d'une aiguille à brider ou avec la pointe d'un couteau d'office (aucune trace d'appareil encore liquide ne doit remonter à la surface), les débarrasser, puis les réserver au frais jusqu'à leur complet refroidissement.

6. Dresser les crèmes caramel - 5 min
- Décoller la crème à l'aide d'un couteau d'office en longeant la paroi du moule.
- Renverser la crème dans le plat de service et répartir uniformément le caramel autour.

REMARQUE :
- *Verser le lait progressivement sur les œufs afin de ne pas les coaguler. Eviter la formation de mousse et écumer soigneusement l'appareil. Démarrer la cuisson au bain-marie avec de l'eau bouillante et veillez à ce que l'eau ne bout pas durant la cuisson (la crème risque de présenter une surface alvéolée dite en «nids d'abeille».*
- *Il est fréquent de dissoudre une partie du sucre dans le lait.*



Crème renversée au caramel

Matériel de préparation :

- 2 calottes
- 1 ramequin pour casser les œufs
- 1 chinois étamine
- 1 écumoire

Matériel de cuisson :

- 2 moules à charlotte
  ou
- 2 grands ramequins
- 1 poêlon à sucre
- 1 plaque à bain-marie
- 1 russe moyenne

Matériel de dressage :

- grands plats ronds

POTS DE CRÈME

(Voir p. 564)

1. Mettre en place le poste de travail
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner l'appareil à pot de crème
- Clarifier 10 œufs.
- Blanchir les jaunes avec 0,200 kg de sucre.
- Verser progressivement 1 l de lait bouilli légèrement refroidi.
- Mélanger à l'aide d'un fouet et écumer soigneusement.
- Parfumer l'appareil (vanille, café, chocolat, citron, alcool, etc.).
- Remplir soigneusement les pots.
- Retirer délicatement la mousse si nécessaire.

3. Marquer les pots de crème en cuisson
- Tapisser le fond d'une plaque avec une feuille de papier sulfurisé.
- Disposer les pots dans la plaque, mouiller à mi-hauteur avec de l'eau bouillante.
- Cuire à couvert au four (180 °C) pendant 25 à 30 min environ. La surface des petits pots de crème cuits doit être lisse, brillante et légèrement concave.

4. Dresser les pots de crème
- Essuyer soigneusement les pots et les disposer sur le plat de service recouvert d'un papier dentelle.



Pots de crème

PLATS SIMILAIRES

Crème opéra

- Comme la recette de base ci-contre, mais parfumer l'appareil avec du praliné.

Crème Viennoise

- Crème renversée parfumée au caramel.

Crème beau rivage

- Crème renversée au caramel moulée dans un moule en couronne.
- Garnir le centre avec de la crème Chantilly et décorer avec des petits cornets en pâte à cigarette garnis de crème Chantilly et de violettes cristallisées.

Night and day

- Crème renversée à la vanille cuite en moules individuels et démoulée sur assiette avec une sauce chocolat.

Crème brûlée (recette de base)

- Faire bouillir 0,50 l de lait et 0,50 l de crème liquide avec une gousse de vanille fendue en deux dans le sens de la longueur. Laisser refroidir et infuser à + 70 °C.
- Clarifier 10 à 12 œufs et blanchir les jaunes avec 0,150 à 0,200 kg de sucre semoule.
- Verser progressivement le mélange lait/crème sur les jaunes blanchis avec le sucre.
- Passer au chinois étamine et écumer soigneusement.
- Parfumer l'appareil s'il n'est pas à la vanille (cannelle, safran, gingembre, citron, pain d'épices).
- Remplir les petits plats en porcelaine à feu.
- Cuire au four sur plaques doublées durant une trentaine de minutes à 160/170 °C.
- Retirer du four et saupoudrer de cassonade.
- Caraméliser sous la salamandre ou au fer à caraméliser, éventuellement au chalumeau.

Crème Catalane

- Idem à l'appareil à crème brûlée, ajouter 0,040 kg de maïzena à l'appareil.



ŒUFS À LA NEIGE

Blancs d'œufs fouettés en neige, sucrés, puis pochés dans de l'eau ou du lait, servis avec de la crème anglaise parfumée à la vanille.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Meringue				
- œufs (8 blancs)	kg	0,260		
- sel fin	kg	PM		
- sucre semoule	kg	0,200		
Crème anglaise				
- lait	l	0,50		
- œufs (4 jaunes)	kg	0,080		
- sucre semoule	kg	0,100 à 0,125		
- vanille	gousse	1/2		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			50 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON (selon la grosseur des œufs)			2 à 3 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la meringue ordinaire - 10 min
- *Respecter les précautions et les recommandations citées p. 570 à 573.*
- Réunir dans un bassin très propre les blancs et une pincée de sel.
- Casser les blancs à l'aide d'un fouet, puis les monter.
- Les serrer avec le tiers du poids en sucre dès qu'ils sont aux 9/10ème du montage.
- Arrêter de fouetter et incorporer très délicatement le reste du sucre à l'aide d'une petite écumoire.

3. Cuire la meringue ordinaire - 15 min
- Faire bouillir le lait légèrement sucré.
- Façonner la meringue en forme d'œuf à l'aide de 2 cuillères.
- Pocher dans le lait frémissant durant 1 min.
- Retourner les œufs à la neige et terminer la cuisson durant 1 min également.
- Egoutter et réserver dans une plaque munie d'un papier absorbant (les œufs à la neige peuvent être pochés dans de l'eau).

4. Réaliser la crème anglaise - 15 min *(voir p. 544 à 546)*
- Récupérer le lait ayant servi à la cuisson des œufs à la neige, le passer au chinois étamine.
- Compléter la quantité nécessaire de lait pour compenser l'évaporation.
- Refaire bouillir le lait dans une russe, ajouter une demi-gousse de vanille fendue en deux, laisser infuser.
- Clarifier les œufs.
- Blanchir les jaunes d'œufs et le sucre dans une calotte en inox en remuant à l'aide d'une spatule.
- Verser progressivement une partie du lait sur les jaunes blanchis, mélanger.
- Remettre dans la russe et cuire la crème.
- Placer la russe sur un feu doux en remuant sans discontinuer jusqu'à ce que la crème anglaise nappe la spatule.
- Passer la crème au chinois étamine et la refroidir le plus rapidement possible en la vannant fréquemment.

REMARQUE :
- *En aucun cas, la crème ne doit bouillir, la crème anglaise ainsi préparée doit être conservée à + 3 °C et utilisée de préférence dans la journée.*

5. Dresser les œufs à la neige - 5 min
- Emplir à moitié de sa hauteur une grande vasque avec la crème anglaise.
- Disposer délicatement les œufs à la neige en rosace.
- Servir la vasque posée sur un plat recouvert d'un papier dentelle.



Œufs à la neige

Matériel de préparation :

- 1 bassin à blancs
- 1 plaque à débarrasser
- 1 chinois étamine
- 1 fouet à blancs
- 2 calottes

Matériel de cuisson :

- 1 grand sautoir
  ou
- un petit rondeau plat
- 1 petite russe
  ou
- 1 sauteuse moyenne

Matériel de dressage :

- grandes vasques ou jattes ou saladiers
- plats ronds
- papier dentelle

ÎLE FLOTTANTE AU CARAMEL

1. Cuire le sucre
- Cuire au caramel blond foncé 0,200 kg de sucre avec le 1/3 de son poids en eau. Le verser au fond de 8 ramequins.

2. Confectionner la crème anglaise.
- Voir recette de base ci-contre (diviser les proportions par 2).

3. Confectionner une meringue ordinaire *(voir p. 572/573)*

4. Confectionner et cuire les blancs
- Remplir les ramequins avec la meringue, lisser le dessus et faire pocher au bain-marie au four à 180 °C pendant 8 à 10 min.

5. Dresser les îles flottantes
- Laisser refroidir et démouler dans des assiettes nappées avec un peu de crème anglaise.
- Décorer en recouvrant les œufs avec du sucre filé ou une cage en sucre.

PLATS SIMILAIRES

Œufs à la neige au caramel

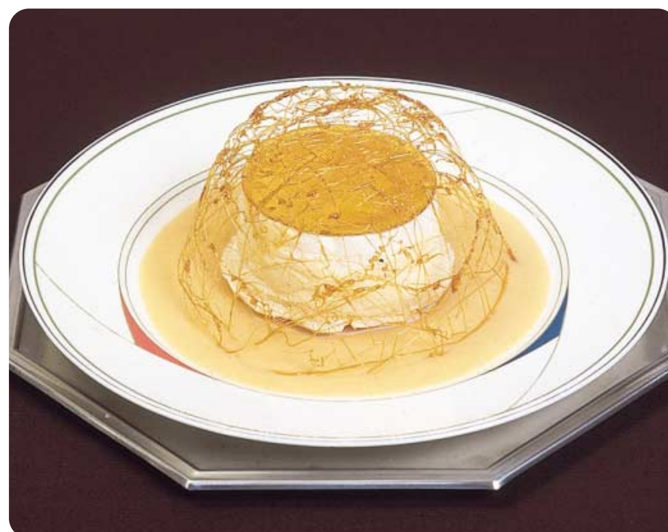
- Comme la recette de base ci-contre, mais avec du caramel décuit versé dessus.

Œufs à la neige à la cassonade

- Beurrer les ramequins, les chemiser de cassonade blonde, garnir à hauteur de meringue à la française.
- Cuire au cuiseur vapeur pendant 2 à 3 min et refroidir.
- Démouler et servir avec de la crème anglaise.

Œufs à la neige, aux pistaches et au miel

- Cuire la meringue comme dans la recette de base.
- Confectionner la crème anglaise en remplaçant le sucre par le même poids de miel.
- Dresser comme dans la recette de base et saupoudrer de pistaches mondées concassées.



Île flottante au cramel



MOUSSE AU CHOCOLAT

Entremets à base de chocolat fondu dont la consistance a été allégée en ajoutant soit de la meringue à la française, soit de la crème fouettée ou parfois les deux.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS (recette traditionnelle)

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- couverture noire à 64%	kg	0,250		
- beurre	kg	0,100		
- œufs (4 jaunes)	kg	0,080		
- œufs (6 blancs)	pièce	0,180		
- sucre semoule	kg	0,040		
Décor (facultatif)				
- crème fleurette	l	0,04		
- sucre glace	kg	0,010		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			30 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la mousse au chocolat - 15 min
- Concasser le chocolat, le mettre dans un bain à sauce.
- Le faire fondre doucement au bain-marie.
- Incorporer le beurre en parcelles et, mélanger jusqu'à consistance de pommade lisse et homogène à l'aide d'une spatule.
- Ajouter les jaunes d'œufs hors du feu et mélanger délicatement.
- Monter les blancs en neige ferme en incorporant le sucre semoule en cours de montage.

REMARQUE :
- *Les blancs légèrement meringués sont plus lisses et se maintiennent mieux.*

3. Terminer la mousse au chocolat - 5 min
- Verser l'appareil progressivement sur les blancs montés en remuant délicatement à l'aide d'une petite écumoire.

REMARQUE :
- *Il est d'usage parfois d'ajouter à la mousse au chocolat soit de la crème fouettée, soit de la gélatine.*

4. Dresser la mousse au chocolat - 5 min
- Garnir des coupelles individuelles ou une jatte avec la mousse.
- Laisser prendre au froid durant 2 h environ.
- Juste au moment de servir, décorer avec un peu de crème Chantilly ou avec des copeaux de chocolat saupoudrés de sucre glace.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS (pour garniture d'entremets)

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- couverture noire à 64%	kg	0,250		
- pâte de cacao	kg	0,040		
- café lyophilisé	kg	0,002		
- beurre extra-fin	kg	0,040		
Appareil à bombe				
- œufs (5 jaunes)	kg	0,100		
- œuf entier (1 pièce)	kg	0,055		
- sirop à 30 °B ou à 1.2624 D	l	0,30		
Finition				
- crème liquide	l	0,40		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			40 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Faire fondre et tiédir au bain-marie (30 °C maximum) la couverture, la pâte de cacao, le café et le beurre - 5 min

3. Réaliser le sirop à 30 °B ou à 1.2624 D - 5 min (1 l d'eau, 1 kg de sucre, 1 min d'ébullition).
- Le laisser refroidir légèrement.

4. Réaliser l'appareil à bombe - 15 min
- Verser progressivement le sirop sur les œufs en fouettant énergiquement.
- Pocher l'appareil au bain-marie sans arrêter de remuer (ne pas dépasser la température de + 90 °C).
- Monter l'appareil au batteur mélangeur jusqu'à son complet refroidissement.

5. Monter la crème fouettée - 5 min
- Ne pas trop la serrer.

6. Assembler les différents éléments de la mousse au chocolat - 5 min
- Incorporer le mélange chocolaté refroidi mais non pris à l'appareil à bombe puis en dernier la crème fouettée.
- Lisser sans fouetter.

7. Mettre en place ou mouler immédiatement - 5 min

REMARQUES :
- *Appareil à bombe : 1 volume de jaunes d'œufs, 2 volumes de sirop à 30 °B.*
- *La mousse peut être parfumée avec une liqueur à base d'oranges. Elle peut être stabilisée par quelques feuilles de gélatine trempées et fondues au préalable.*



Mousse au chocolat

Matériel de préparation :

- 1 grande calotte
- 1 fouet à blancs
  ou
- 1 petit batteur mélangeur
- 1 bassin à blancs

Matériel de cuisson :

- 1 bain-marie
- 1 caisse à bain-marie
  ou
- 1 sauteuse moyenne

Matériel de dressage :

- grandes jattes ou coupes individuelles
- plats ronds
- papier dentelle

MOUSSE AUX DEUX CHOCOLATS

1. Confectionner la mousse au chocolat au lait et au praliné

- Réaliser une meringue italienne avec 2 blancs d'œufs et 0,100 kg de sucre cuit au «petit boulé» *(voir p. 576/577 et 581 à 585).*
- Y ajouter 0,050 kg de praliné noisette, puis 0,150 kg de chocolat au lait fondu avec 0,050 kg de beurre.
- Incorporer délicatement 0,10 l de crème fouettée.
- Réserver au frais.

2. Confectionner la mousse au chocolat blanc

- Faire fondre au bain-marie 0,200 kg de chocolat blanc avec 0,02 l de lait entier.
- Monter 0,20 l de crème fouettée avec 0,020 kg de sucre glace.
- Monter 0,075 kg de blancs d'œufs (2,5) en meringue à la française avec une pincée de sel. Les serrer avec 0,060 kg de sucre.
- Incorporer la crème fouettée à la meringue puis le chocolat fondu.
- Filmer et faire prendre au froid.

3. Dresser la mousse

- Dresser en coupelles individuelles en répartissant les deux mousses par moitié, lisser et égaliser la surface.
- Raffermir complètement en enceinte réfrigérée durant 2 h au minimum.
- Décorer par exemple avec un petit palmier en couverture noire.



Mousse aux deux chocolats

PLATS SIMILAIRES

Mousse au chocolat noir et griottes

- Réaliser la mousse au chocolat noir.
- Incorporer lors du dressage en coupe, des griottes soigneusement égouttées.
- Décorer avec de la crème Chantilly, des copeaux ou des plissés au chocolat et placer une griotte au centre de la coupe.

Trilogie de mousse au chocolat

- Réaliser les trois mousses au chocolat (noire, lactée, blanche).
- Les dresser en forme de quenelles directement sur assiette nappée de crème anglaise à la vanille et marbrée au café.

Mousse à la menthe et au chocolat

- Réaliser la mousse au chocolat blanc.
- Lui ajouter quelques gouttes de «Ricqlès» et des pépites de chocolat noir.
- Décorer les coupes avec des feuilles de menthe et des framboises.

Mousse au chocolat noir (autre recette)

- Faire fondre 0,250 kg de couverture noire avec 0,040 kg de cacao en poudre et 0,040 kg de beurre extra-fin.
- Réaliser de la meringue italienne avec 6 blancs d'œufs et 0,200 kg de sucre cuit à 120 °C.
- Monter 0,40 l de crème fouettée.
- Incorporer délicatement le mélange chocolaté à la meringue italienne puis la crème fouettée.
- Mettre en place immédiatement.



Mousse au chocolat



Entremets froids de cuisine à base de pulpe de fruits et de sirop collé (bavarois au sirop)

CHARLOTTE AUX POIRES

Entremets froid réalisé à partir de pulpe de poire additionnée de crème fouettée et de sirop collé. L'appareil à bavarois est versé dans un moule chemisé de biscuits à la cuiller imbibés de sirop, parfumés à l'alcool de poires. L'entremets peut être accompagné d'un coulis de framboises ou d'une sauce au chocolat.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Appareil à biscuits				
- œufs (5 jaunes)	kg	0,100		
- sucre semoule	kg	0,080		
- farine	kg	0,100		
- œufs (5 blancs)	kg	0,160		
- sucre semoule (pour serrer les blancs)	kg	0,020		
ou				
- biscuits à la cuiller	pièce	24		
Chemisage de la plaque				
- beurre	kg	0,010		
- farine (facultatif)	kg	0,010		
Fond de génoise (facultatif) *1				
- œufs entiers (2 pièces)	kg	0,110		
- sucre semoule	kg	0,065		
Chemisage				
- beurre	kg	0,010		
- farine	kg	0,010		
Sirop de punchage				
- eau	l	0,04		
- sucre	kg	0,060		
- alcool de poires	l	0,08		
Appareil à bavarois				
- poires au sirop (8 demi-poires)	boîte 4/4	1		
- sirop des poires	l	PM		
- citron (1 pièce)	kg	0,100		
- gélatine (8 feuilles)	kg	0,016		
- crème liquide	l	0,40		
- alcool de poires	l	0,04		
Garniture				
- poires au sirop (4 demi-poires)	boîte 4/4	1/2		
Décor et finition *2				
- poires pochées (4 demi-poires)	boîte 4/4	1/2		
- nappage neutre	kg	0,100		
ou Crème Chantilly :				
- crème liquide	l	0,20		
- sucre glace	kg	0,020		
- vanille		PM		
Coût matières pour 8 couverts				...... €
Coût matières pour 1 couvert				...... €
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION				***1 h 40 min***

Remarques :
1- Le fond de génoise peut être remplacé par un fond réalisé à partir de l'appareil à biscuit.
2- Dans le cas d'un montage en cercle, prévoir un «chapeau» en forme de rosace réalisé à partir de l'appareil à biscuit.

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.
- Nettoyer puis rafraîchir les boîtes de poires en enceinte réfrigérée.

2. Réaliser la génoise (facultatif) - 20 min *(voir p. 514/515)*

REMARQUE : Les proportions proposées correspondent à la quantité nécessaire pour une charlotte de 8 couverts. Dans la pratique, il est plus aisé de réaliser 4 œufs de génoise et de réserver le reste pour une autre utilisation.

3. Réaliser l'appareil à biscuit - 20 min *(voir p. 521/522)*
- Coucher l'appareil à biscuit de manière à obtenir une bande régulière d'environ 68 cm de long sur 5 à 6 cm de haut. Il est également possible d'utiliser 24 biscuits à la cuiller parés aux extrémités.

4. Réaliser le sirop de punchage - 5 min
- Réaliser un sirop à 1.2624D (30° Baumé) avec l'eau et le sucre.
- Le détendre après refroidissement avec l'alcool de poire.

5. Détailler les poires de la garniture en petits dés d'1 cm de côté. Les imbiber avec un peu d'alcool de poire - 5 min

6. Réaliser l'appareil à bavarois - 10 min *(voir p. 567/568)*
- Mettre la gélatine à tremper dans de l'eau froide.
- Mixer la boîte de poires rafraîchie avec son sirop, en réserver 0,10 l pour dissoudre la gélatine.
- Ajouter le jus de citron et l'alcool de poire.
- Dissoudre la gélatine en la chauffant avec le sirop réservé.
- L'ajouter à l'appareil et passer le tout au chinois étamine dans une grande calotte en acier inoxydable.
- Placer la calotte dans une autre calotte contenant de la glace pilée.
- Ajouter les petits dés de poire et les incorporer délicatement.

7. Monter la crème fouettée - 10 min
- Ne pas trop la serrer, la monter seulement au 9/10ème, elle doit rester lisse et onctueuse.

8. Terminer l'appareil à bavarois - 5 min
- Incorporer progressivement la crème fouettée à l'appareil à l'aide d'une écumoire.
- Lisser et homogénéiser délicatement si nécessaire l'appareil à l'aide d'un fouet.

9. Réaliser le montage de l'entremets - 10 min
- Placer le cercle sur un carton à entremets.
- Garnir les parois avec la bande de biscuit parée et placer le disque de génoise au fond du cercle.
- Puncher les parois et le fond avec le sirop en utilisant un pinceau.
- Garnir avec l'appareil lorsque celui-ci commence à prendre de manière à ce que les petits cubes de poires ne retombent pas au fond.
- Lisser soigneusement à l'aide d'une spatule métallique.
- Filmer l'entremets et le réserver en enceinte réfrigérée durant 2 à 3 heures.

10. Terminer et dresser l'entremets - 10 min
- Le décorer avec une rosace de lamelles fines de poire au sirop et lustrer avec du nappage neutre ;

ou
- avec une rosace réalisée en biscuit à la cuiller, saupoudrer de sucre glace ;

ou
- avec de la crème Chantilly en utilisant une poche munie d'une douille cannelée.



Charlotte aux poires

Matériel de préparation :

- 2 grandes calottes
- 2 calottes moyennes
- 1 bassin à blancs
- 1 mixeur
- 1 chinois étamine
- 1 fouet à blancs

Matériel de cuisson :

- 1 petite sauteuse
- 1 plaque à débarrasser

Matériel de dressage :

- plats ronds ou assiettes de base

CHARLOTTE AUX FRAMBOISES

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser la pulpe de framboises collée

- Mettre 8 feuilles de gélatine à tremper dans de l'eau froide (0,016 kg).
- Réaliser un sirop en faisant bouillir durant 1 min 0,200 kg de sucre avec 0,15 l d'eau.
- Ajouter la gélatine soigneusement épongée.
- Mixer 0,800 kg de framboises très froides et passer la pulpe au chinois ordinaire en foulant fortement.
- Ajouter le sirop collé, le jus d'1 citron et repasser au chinois étamine.

3. Monter la crème fouettée

- Fouetter 0,40 l de crème liquide sans trop la serrer.

4. Terminer l'appareil à bavarois

- Incorporer délicatement la pulpe de framboises à la crème fouettée.
- Effectuer le mélange à l'aide d'une écumoire et lisser si nécessaire avec un fouet en veillant à ne pas faire retomber l'appareil.
- Le filmer et le réserver en enceinte réfrigérée.

5. Chemiser le moule

- Réaliser 0,15 l de sirop à 1.2624D et le détendre avec 0,10 l d'alcool de framboises (voir ci-contre).
- Détailler 8 biscuits à la cuiller en forme de cœur, les imbiber dans le sirop bouillant et les placer en rosace au fond du moule.
- Parer les extrémités de 24 autres biscuits, les imbiber en les trempant dans le sirop bouillant et les appliquer contre les parois du moule en les serrant bien les uns contre les autres.

6. Garnir le moule (mettre en place l'appareil)

- S'assurer que l'appareil commence à prendre, il doit être onctueux et très souple.
- Garnir le moule et lisser la surface.
- Le filmer et le réserver en enceinte réfrigérée durant 2 à 3 heures.

7. Dresser la charlotte

- Retourner le moule sur un plat rond et le retirer délicatement. Il peut être trempé durant quelques secondes dans de l'eau chaude.
- Décorer avec la crème Chantilly et quelques framboises.
- Couler éventuellement un petit cordon de coulis de framboises tout autour.

__REMARQUE :__ Quelques framboises fermes et très parfumées peuvent être ajoutées à l'appareil au moment du montage.

PLATS SIMILAIRES

Charlotte aux fraises

- (voir ci-contre) mêmes proportions.

Charlotte normande

- Chemiser le moule avec des bâtonnets de meringue couchés comme des biscuits à la cuiller.
- Garnir avec un salpicon de pommes sauté au beurre et tenu serré, flambé de calvados et sucré avec de la gelée d'abricots.
- Démouler, masquer et décorer avec de la crème Chantilly.

Charlotte exotique

- Chemiser des petits cercles individuels avec des lamelles fines de mangue.
- Garnir avec un appareil à bavarois à la goyave royale.
- Servir avec un coulis de maracuja.

Charlotte aux fruits divers
Autre méthode - Mousse aux fruits

- Réaliser 1 l de crème pâtissière à la poudre à crème.
- Ajouter 1,5 l de pulpe de fruits et laisser bouillir durant 1 min.
- Ajouter 0,024 kg de gélatine et laisser refroidir.
- Réaliser 6 blancs d'œufs de meringue à l'italienne.
- Monter 1 l de crème liquide.
- Incorporer la crème refroidie à la meringue puis la crème pâtissière à la pulpe de fruits.
- Lisser et mettre en place immédiatement.



Charlotte aux framboises



BAVAROIS RUBANNÉ

**Entremets froid composé de crème anglaise collée et allégée de crème fouettée.
Le bavarois est présenté en couches successives parfumées à la vanille, au café et au chocolat.**

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Appareil à bavarois				
- lait	l	0,50		
- œufs (4 jaunes)	kg	0,080		
- sucre semoule	kg	0,125		
- vanille	gousse	1/2		
- gélatine (5 à 6 feuilles)	kg	0,010 à 0,012		
- crème liquide	l	0,40		
Parfums				
- vanille extrait liquide	l	PM		
- cacao ou couverture	kg	0,020		
- extrait de café	l	PM		
Finition (facultatif)				
- crème liquide	l	0,04		
- sucre glace	kg	0,010		
- grains de café liqueur	kg	PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*55 min*	
CRÈME ANGLAISE			*quelques min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

(Base crème anglaise)

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Faire tremper la gélatine à l'eau froide - 2 min

3. Confectionner la crème anglaise collée - 15 min *(voir p. 544 à 546)*
- Faire bouillir le lait avec une demi-gousse de vanille.
- Clarifier les œufs et blanchir les jaunes avec le sucre dans une calotte en acier inoxydable.
- Verser progressivement le lait bouillant tout en remuant à l'aide d'une spatule.
- Verser l'appareil dans la russe ayant servi à faire bouillir le lait.
- Placer la russe sur un feu doux et remuer sans discontinuer.
- Retirer la crème du feu lorsqu'elle a atteint une consistance nappante.
- Egoutter et éponger soigneusement la gélatine et l'incorporer à la crème anglaise.
- Passer la crème au chinois étamine dans une calotte.
- Refroidir la crème très rapidement.

4. Parfumer la crème - 5 min
- Diviser l'appareil à bavarois en 3 parties inégales (seulement lors de l'utilisation de moules à charlottes évasés) ou en 3 parties égales lors de l'utilisation de cercles à entremets. Le moule à charlotte étant évasé, il faut un volume d'appareil plus important pour garnir la partie supérieure.
- Parfumer le 3ème tiers avec la couverture fondue ou avec le cacao.
- Renforcer le 3ème tiers avec quelques gouttes d'extrait de vanille liquide.

5. Monter la crème - 8 min *(voir p. 541)*
- La monter dès que la crème anglaise collée commence à prendre, ne pas trop la serrer (au 9/10ème), elle doit rester lisse.

6. Terminer l'appareil à bavarois - 15 min *(voir p. 565/566).*
- Incorporer délicatement la crème fouettée aux crèmes anglaises collées et parfumées.
- Dans le cas de l'utilisation de moules à charlotte, commencer par l'appareil au café. Le verser dans le moule sans dépasser le tiers de sa hauteur.
- Faire prendre rapidement sur glace ou en enceinte réfrigérée.
- Verser l'appareil à la vanille.
- Faire prendre à nouveau en enceinte réfrigérée.
- Terminer par l'appareil au chocolat.
- Couvrir d'un film plastique alimentaire et réserver les bavarois en enceinte réfrigérée durant 1 heure au minimum.

7. Dresser les bavarois - 5 min
- Tremper rapidement le moule dans l'eau chaude.
- Démouler soigneusement le bavarois sur le plat de service.
- Décorer éventuellement et très sobrement les bavarois avec de la crème Chantilly, des grains de café liqueur ou des copeaux de chocolat.
- Servir avec des petits fours secs.


Bavarois rubanné

Matériel de préparation :

- 3 calottes moyennes
- 1 chinois étamine
- 1 fouet à blancs
- 2 moules à charlotte
  ou
- cercles à entremets
  ou
- coupes individuelles
- 2 petites calottes
- 1 corne

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne
  ou
- 1 sauteuse
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- grands plats ronds

CHARLOTTE À LA RUSSE OU À LA PARISIENNE

1. Mettre en place le poste de travail
- Peser et mesurer les denrées.

2. Réaliser un appareil à bavarois aux œufs
- (Voir ci-contre). L'appareil est généralement parfumé à la vanille, mais il peut tout de même être diversement parfumé (café, pistache, caramel, praliné, alcools, liqueurs, fruits confits macérés au Kirsch…).

3. Chemiser les moules
- Chemiser le fond des moules avec des biscuits à la cuiller taillés en forme de cœur le côté bombé au dessous et bien serrés les uns contre les autres.
- Chemiser les parois avec des biscuits semblables légèrement parés de manière à bien les serrer.

4. Puncher les biscuit (facultatif)
- Ils peuvent être éventuellement punchés avec un sirop alcoolisé (sirop à 30 °B ou 1.2624 D détendu avec un alcool ou une liqueur).

5. Garnir les charlottes
- Garnir l'intérieur avec l'appareil à bavarois aux œufs parfumé.
- Lisser la surface à la spatule, filmer et réserver en enceinte réfrigérée.

6. Démouler
- Décorer avec de la crème Chantilly et des éléments de décor en rapport avec le parfum choisi.

REMARQUE :
Les charlottes à la russe peuvent être avantageusement réalisées en cercles à entremets avec du biscuit à la cuiller réalisé en bandes.

PLATS SIMILAIRES

Bavarois Clermont
- Bavarois aux œufs aromatisé au rhum, garni de morceaux d'ananas.

Bavarois praliné
- Bavarois aux œufs parfumé au praliné.

Bavarois religieuse
- Bavarois aux œufs parfumé à la vanille, au café et au chocolat.
- Le moule est chemisé par couches successives.

Bavarois arabica
- Bavarois au café (lyophilisé et extrait) en cercle à entremets.
- Dresser sur assiette avec croustillant à la nougatine broyée.
- Décorer avec de la crème anglaise café, chocolat, et bâtonnets de meringue cuite au cacao.


Bavarois rubanné



FRUITS CONDÉ

Fruits pochés (poires, abricots, pêches) et dressés sur un socle de riz cuit au lait, et accompagnés le plus souvent d'une sauce abricot.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Riz au lait				
- lait	l	1		
- sel fin	kg	PM		
- vanille	gousse	1/2		
- riz	kg	0,200		
Liaison :				
- œufs (4 jaunes)	kg	0,080		
- sucre semoule	kg	0,140		
Fruits confits (facultatif)	kg	0,080		
Beurre (pour les moules)	kg	0,020		
Garniture				
- abricots au sirop (oreillons)	pièce	16		
ou				
- poires (4 pièces de 0,150 kg)	kg	1,200		
- citron	pièce	1		
Sirop :				
- eau	l	0,80		
- sucre semoule	kg	0,500		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
- vanille (facultatif) ou utiliser des poires au sirop	gousse	1/2		
Finition				
- nappage blond	kg	0,160		
Décor				
- angélique	kg	0,020		
- bigarreaux	kg	0,020		
Sauce abricot				
- confiture d'abricots	kg	0,160		
- sirop des fruits en traitement	l	PM		
- kirsch	l	0,04		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 05 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DU RIZ			*25 à 30 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Blanchir le riz - 5 min
- Laver soigneusement le riz dans un chinois et l'égoutter.
- Le mettre dans une russe, mouiller à l'eau froide.
- Porter à ébullition et le laisser blanchir (crever) durant 1 min.
- Rafraîchir le riz puis l'égoutter.

3. Marquer le riz au lait en cuisson - 5 min *(voir p. 381/382)*
- Faire bouillir le lait avec la vanille et une pincée de sel fin.
- Ajouter le riz en pluie et remuer jusqu'à la reprise de l'ébullition.
- Couvrir le récipient et cuire le riz au four à 180 °C pendant 25 à 30 min.

4. Confectionner le sirop - 5 min
- Dans une russe, réunir le sucre semoule, l'eau, les zestes de citron et la vanille.
- Porter à ébullition et écumer si nécessaire.

5. Préparer les fruits - 10 min
- Eplucher, citronner et évider les poires à l'aide d'une cuillère à pommes noisettes,
  ou
- Egoutter et réserver les abricots.

6. Pocher les poires - 5 min *(voir p. 386)*
- Maintenir les poires en immersion dans le sirop, couvrir d'un papier sulfurisé et laisser pocher de 15 à 20 min suivant le degré de maturité des poires.

7. Confectionner la liaison - 5 min
- Blanchir les 4 jaunes d'œufs avec le sucre.

8. Lier le riz - 5 min *(voir p. 382)*
- S'assurer de sa cuisson et ajouter progressivement et hors du feu la liaison en remuant délicatement à l'aide d'une spatule.
- Porter à nouveau le riz à ébullition pendant quelques secondes et le débarrasser dans un moule à manqué beurré ou dans un moule en couronne.
- Laisser refroidir le riz (sans le réfrigérer).

9. Préparer le nappage blond - 3 min
- Chauffer le nappage dans une petite sauteuse, le détendre si nécessaire.

10. Préparer la sauce abricot - 5 min
- Chauffer doucement la confiture d'abricots, la détendre si nécessaire avec un peu de sirop, puis la passer au chinois étamine.
- Ajouter un peu de kirsch et réserver la sauce abricot à couvert au bain-marie.

11. Dresser les fruits condé - 12 min
- Chauffer légèrement le moule et démouler le riz sur le plat de service.
- Disposer les fruits pochés bien égouttés.
- Lustrer soigneusement et uniformément le riz et les fruits avec le nappage bouillant.
- Décorer harmonieusement avec les fruits confits.
- Servir la sauce abricot en saucière.

***REMARQUE :** Il est d'usage d'ajouter au riz, un salpicon de fruits confits macérés dans du kirsch. La sauce abricot peut être remplacée par un coulis de fruits rouges.*



Fruits Condé

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 calottes moyennes
- 1 chinois étamine
- 1 petite calotte

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne pour les fruits
- 1 sauteuse moyenne pour le riz
- 1 couvercle
- 2 petites sauteuses

Matériel de dressage :

- plats ronds
- saucières, dessous de saucières et papier dentelle

SEMOULE AUX RAISINS, SAUCE CARAMEL

1. Mettre en place le poste de travail

- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage

2. Cuire la semoule

- Faire bouillir 1 l de lait avec 0,200 kg de sucre et quelques gouttes d'extrait de vanille ou une 1/2 gousse fendue en deux.
- Y verser en pluie 0,125 kg de semoule de blé fine et laisser cuire 8 à 10 min à feu doux en remuant constamment.
- Hors du feu, ajouter 0,125 kg de raisins de Corinthe macérés avec 0,05 l de rhum.

3. Mouler les semoules

- Remplir rapidement 8 ramequins légèrement huilés et laisser refroidir.

4. Confectionner la sauce caramel

- Cuire au caramel blond foncé 0,200 kg de sucre, puis le décuire avec un peu d'eau.
- Laisser rebouillir durant quelques secondes et passer au chinois.

5. Dresser les semoules

- Napper des assiettes avec de la sauce caramel.
- Démouler les semoules au milieu.
- Décorer avec des aigrettes au caramel ou du sucre bullé.

PLATS SIMILAIRES

Couronne ou turban de riz au caramel

- Réaliser un riz au lait selon la formule ci-contre.
- Le lier également aux jaunes d'œufs.
- Chemiser un moule en couronne avec du caramel et le garnir avec le riz.
- Cuire à nouveau au four et au bain-marie durant 45 min à 180/190 °C.
- Démouler après refroidissement et servir avec une crème anglaise parfumée à la vanille.

Riz «glacé» aux framboises

- Riz Condé de base allégé avec un peu de crème fouettée.
- Dresser dans des plats à gratin individuels, glacer sous la salamandre, décorer avec des framboises.

Couronne de riz aux pommes

- Riz Condé de base moulé dans une couronne à savarin, démouler.
- Garnir le centre de pommes caramélisées.

Croquettes de riz aux fruits confits

- Riz Condé tenu un peu ferme, additionné de fruits confits macérés au kirsch, refroidi sur une plaque.
- Détailler en carrés, paner à l'anglaise et frire.
- Servir chaud avec un coulis de groseilles.

Terrinée ou tourgoule

- Dans une terrine ou autre plat en terre à gratin beurré.
- Ajouter 1 l de lait froid entier ou à défaut 0,80 l de lait et 0,20 l de crème liquide, 1 pincée de sel, 1 gousse de vanille fendue en deux dans le sens de la longueur et un petit bâton de canelle.
- Ajouter 0,200 kg de sucre semoule et 0,200 kg de riz long soigneusement lavé et parfaitement égoutté.
- Cuire à 120 °C durant 4 à 5 heures. Ne pas remuer durant la cuisson, une belle croûte dorée doit se former à la surface de l'entremets.
- La terrinée doit être consommée chaude, accompagnée éventuellement d'une crème anglaise et de tranches de brioche tièdes.



Assortiment de riz aux fruits



PUDDING DIPLOMATE OU PUDDING DE CABINET

**Entremets à base de biscuits à la cuiller ou de génoise, de fruits confits et d'un appareil à crème prise.
Le pudding est servi froid avec une crème anglaise au Kirsch.**

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- biscuits à la cuiller	kg	0,200		
ou				
génoise :				
- œufs entiers (3 pièces)	kg	0,165		
- sucre semoule	kg	0,100		
- farine	kg	0,100		
Chemisage				
- beurre	kg	0,020		
- farine	kg	0,020		
Appareil à crème prise sucré				
- lait	l	0,75		
- œufs entiers (5 pièces)	kg	0,275		
- sucre semoule	kg	0,150		
- vanille	gousse	1/2		
Garniture				
- fruits confits en cubes	kg	0,100		
- kirsch	l	0,02		
Décor				
- angélique	kg	0,010		
- bigarreaux	kg	0,010		
Crème anglaise				
- lait	l	0,50		
- œufs (4 jaunes)	kg	0,080		
- sucre semoule	kg	0,100 à 0,125		
- vanille	gousse	1/4		
- kirsch	l	0,02		
Coût matières pour 8 couverts			…… €	
Coût matières pour 1 couvert			…… €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*40 à 50 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Mettre à macérer le salpicon de fruits confits dans du kirsch - 2 min

3. Confectionner l'appareil à crème prise sucré - 15 min *(voir p. 562/563)*
- Mettre le lait à bouillir avec une demi-gousse de vanille fendue en deux.
- Blanchir les œufs entiers avec le sucre.
- Verser le lait bouillant sur le mélange.
- Le passer au chinois étamine et écumer soigneusement.

4. Réaliser la crème anglaise - 15 min *(voir p. 544 à 546)*
- Mettre le lait à bouillir avec une demi-gousse de vanille fendue en deux.
- Blanchir les jaunes d'œufs avec le sucre.
- Verser progressivement une partie du lait bouillant sur les jaunes blanchis.
- Remettre l'appareil dans la russe et cuire la crème anglaise jusqu'à la nappe.
- La passer au chinois étamine dans une calotte. Vanner la crème pendant son refroidissement, puis la parfumer avec un peu de kirsch.

5. Chemiser le moule - 10 min
- Disposer dans le fond du moule un rond de papier sulfurisé.
- Parer légèrement les biscuits et chemiser le fond du moule en rosace, puis les parois, en chevauchant légèrement les biscuits.

6. Emplir les moules - 5 min
- Ajouter un peu de fruits confits au fond du moule, puis quelques morceaux de biscuits.
- Verser un peu d'appareil et laisser imbiber durant quelques minutes *1.
- Alterner à nouveau les fruits confits, les biscuits et l'appareil à crème prise.

7. Marquer le pudding en cuisson - 3 min
- Placer une feuille de papier sulfurisé au fond d'une plaque allant au four.
- Disposer le pudding dans la plaque.
- Verser de l'eau bouillante à mi-hauteur du moule.
- Cuire le pudding au four à 180 °C pendant 40 à 50 min.

8. Débarrasser le pudding - 2 min
- S'assurer de sa cuisson et le faire refroidir rapidement.

9. Dresser le pudding - 3 min
- Démouler le pudding sur le plat de service.
- Décorer harmonieusement avec l'angélique et les bigarreaux.
- Verser autour du pudding un cordon de crème anglaise.
- Dresser le reste de crème en saucière.

REMARQUE : Le pudding peut être réalisé à partir d'une génoise.

**1 Ne pas remplir les moules en une seule fois. Laisser aux biscuits le temps de s'imprégner avec de l'appareil afin de ne pas remonter à la surface.*



Pudding diplomate ou pudding de cabinet

Matériel de préparation :

- 1 plaque à débarrasser
- 1 petite calotte
- 1 fouet à blancs
- 2 calottes moyennes
- 1 bassin à blancs

Matériel de cuisson :

- 1 moule à génoise
- 1 grand moule à charlotte
  ou
- 1 grand ramequin (moule à soufflé)
- 2 sauteuses moyennes
- 1 caisse à bain-marie

Matériel de dressage :

- plats ronds
- saucières, dessous de saucières, papier dentelle

PUDDING AUX RAISINS ET SABAYON AU MALAGA

1. Confectionner un appareil à crème prise *(voir p. 562)*

2. Préparer les moules

- Faire macérer 0,100 kg de raisins de Malaga dans 0,10 l de Malaga
- Garnir les moules beurrés et sucrés avec 0,200 kg de biscuits à la cuiller coupés, sans les chemiser.
- Répartir en même temps les raisins macérés.

3. Cuire les puddings

- Remplir les moules avec la crème prise et cuire au bain-marie comme dans la recette de base.
- Démouler les puddings juste refroidis, mais non glacés.

4. Confectionner le sabayon

- Dans une calotte, blanchir 4 jaunes d'œufs avec 0,100 kg de sucre.
- Ajouter 0,20 l de Malaga et cuire au bain-marie en fouettant jusqu'à l'obtention d'une crème mousseuse un peu épaisse.

5. Dresser les puddings

- Verser un peu de sabayon autour des puddings.

PLATS SIMILAIRES

Bread and butter pudding

- Tranches de pain de mie ou de brioche rassise arrosées de beurre fondu, dressées dans un moule à «pie» (plat à gratin), avec des raisins de Smyrne.
- Garnir avec un appareil à crème prise vanillé.
- Cuire au four, glacer au sucre glace.
- Servir tiède dans le plat de cuisson.

Pudding à la française

- Mélange de brioches et de viennoiseries diverses, réparti dans un moule, avec des fruits confits macérés à l'alcool.
- Garnir avec un appareil à crème prise vanillé.
- Cuire au bain-marie.
- Glacer au fondant parfumé au café ou au chocolat.
- Servir avec une crème anglaise.

Pain perdu à l'ancienne

- Tranches de brioche rassises ou de pain d'épices trempées dans de l'appareil à crème prise et sautées à la poêle avec un peu de beurre.



Pudding aux raisins et sabayon au Malaga



RIZ À L'IMPÉRATRICE

Riz cuit au lait, allégé avec un appareil à bavarois aux œufs et additionné de fruits confits macérés au Kirsch, et servi avec un coulis de fruits rouges.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Riz au lait				
- lait	l	0,75		
- sel fin	kg	PM		
- riz long	kg	0,150		
- vanille	gousse	1/2		
Appareil à bavarois				
- lait	l	0,50		
- œufs (4 jaunes)	kg	0,080		
- sucre semoule	kg	0,150		
- vanille	gousse	1/2		
- gélatine (6 à 7 feuilles)	kg	0,012 à 0,014		
- crème fleurette	l	0,30		
- fruits confits en cubes	kg	0,100		
- kirsch	l	0,04		
Chemisage				
- gelée de groseilles	kg	0,04		
- gélatine (1 feuille)	kg	0,002		
Coulis de fruits rouges				
- fraises	kg	0,100		
- framboises	kg	0,100		
- sucre glace	kg	0,080		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 20 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DU RIZ			***20 à 25 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Blanchir le riz - 5 min
- Laver soigneusement le riz dans un chinois et l'égoutter.
- Le mettre dans une russe, mouiller à l'eau froide.
- Porter à ébullition et le laisser blanchir (crever) durant 1 min.
- Rafraîchir le riz puis l'égoutter.

3. Marquer le riz en cuisson - 5 min
- Faire bouillir le lait avec une demi-gousse de vanille et une pincée de sel fin.
- Ajouter le riz en pluie et remuer jusqu'à la reprise de l'ébullition.
- Couvrir puis cuire le riz au four à 180 °C pendant 20 à 25 min.

4. Mettre les feuilles de gélatine à tremper - 5 min

5. Faire macérer les fruits confits dans le kirsch - 5 min

6. Confectionner la crème anglaise - 15 min *(voir p. 544/546)*
- Mettre le lait à bouillir avec une demi-gousse de vanille.
- Blanchir les jaunes d'œufs avec le sucre semoule.
- Verser progressivement une partie du lait sur les jaunes blanchis et mélanger.
- Verser l'appareil dans la russe et cuire doucement la crème anglaise jusqu'à la «nappe».
- Incorporer la gélatine bien égouttée.
- Passer la crème anglaise collée au chinois étamine et vanner durant le refroidissement.

7. Chemiser le fond du moule avec la gelée de groseille - 5 min
- Faire bouillir la gelée de groseille.
- La passer au chinois étamine, vérifier la couleur et ajouter une feuille de gélatine trempée à l'eau froide au préalable.

8. Débarrasser le riz - 5 min
- S'assurer de sa cuisson et le débarrasser dans une grande calotte en acier inoxydable.
- Refroidir le riz le plus rapidement possible sur de la glace.

9. Terminer «l'appareil à bavarois» - 15 min
- Réunir le riz au lait et la crème anglaise collée.
- Ajouter le salpicon de fruits confits macérés.
- Monter la crème et l'incorporer délicatement au riz collé refroidi à l'aide d'une petite écumoire.

10. Mouler le riz - 5 min
- Emplir le moule, le filmer et réserver le riz à l'impératrice en enceinte réfrigérée pendant 2 heures au minimum.

11. Confectionner le coulis de fruits rouges - 10 min *(voir p. 559/560)*
- Laver et équeuter les fraises, les égoutter.
- Laver et égoutter les framboises.
- Réduire les fruits en purée à l'aide d'un tamis fin ou d'un mixeur.
- Ajouter le sucre glace et le jus d'un demi-citron.
- Passer au chinois étamine en foulant fortement.
- Réserver le coulis sur glace en enceinte réfrigérée.

12. Dresser le riz - 5 min
- Tremper le moule durant quelques secondes dans de l'eau tiède, l'essuyer et démouler le riz à l'impératrice sur un grand plat rond.
- Servir le coulis en saucière.



Riz à l'impératrice

Matériel de préparation :

- 1 grande calotte
- 1 fouet à blancs
- 1 chinois étamine
- moules à charlotte ou cercles à entremets
- 2 petites calottes
- 1 mixeur

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne
  ou
- 1 sauteuse avec couvercle
- 1 sauteuse moyenne

Matériel de dressage :

- plats ronds
- saucières, dessous de saucières, papier dentelle

TARTE AU RIZ À LA NORMANDE

1. Confectionner de la pâte brisée

- Avec 0,200 kg de farine, 0,100 kg de beurre, 1 jaune d'œuf et 0,005 kg de sel *(voir p. 484/485)*

2. Foncer et cuire à blanc une grande tarte
(voir p. 489)

3. Confectionner un riz au lait

- Voir «Riz à l'impératrice» (diviser les proportions par 2).

4. Terminer l'appareil

- Mélanger le riz froid et l'appareil à bavarois.
- Garnir la tarte avec cet appareil.

5. Préparer la garniture

- Laver, éplucher et couper en quartiers 1 kg de pommes reinettes. Les faire sauter avec 0,100 kg de beurre, puis une fois dorées, les saupoudrer de 0,100 kg de sucre et laisser caraméliser.
- Flamber avec 0,10 l de calvados et laisser refroidir.

6. Dresser

- Ranger harmonieusement les quartiers de pommes sur le riz, lustrer légèrement avec du nappage abricot.

PLATS SIMILAIRES

Riz maltais

- Comme la recette de base. Parfumer à l'orange, ajouter des zestes blanchis, et décorer avec des segments d'oranges sanguines.

Riz à la sicilienne

- Riz à l'impératrice moulé dans un moule à couronne, démouler, puis décorer avec des fruits confits.
- Dresser au centre de la glace plombières.

Couronne de riz Palerme

- Riz moulé comme précédemment, une fois démoulé le centre est garni de crème Chantilly et de fraises.



Riz maltais aux oranges sanguines



BEIGNETS DE POMMES

Rondelles de pommes macérées au calvados, enrobées de pâte à frire, frites et servies chaudes avec de la sauce abricot.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- pommes (cox orange, reinette, ...)	kg	1,200		
- citron (1 pièce)	kg	0,100		
- sucre semoule	kg	0,080		
- cannelle	kg	PM		
- calvados	l	0,08		
Pâte à frire				
- farine	kg	0,200		
- œufs (2 jaunes)	kg	0,040		
- sel fin	kg	0,004		
- bière	l	0,20		
- huile	l	0,04		
- œufs (3 blancs)	kg	0,100		
- sucre semoule	kg	0,020		
Finition				
- sucre glace	kg	0,040		
Sauce abricot				
- confiture d'abricots	kg	0,140		
- eau et sirop de la marinade	l	PM		
Friture	l	PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 10 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			2 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la pâte à frire - 10 min *(voir p. 523/524)*
- Tamiser la farine.
- Disposer la farine en fontaine au centre de la calotte.
- Ajouter le sel, les jaunes d'œufs clarifiés et la bière.
- Délayer à l'aide d'un petit fouet les éléments liquides en incorporant progressivement de petites quantités de farine.
- Corner les bords de la calotte et verser un peu d'huile en surface pour éviter le dessèchement au contact de l'air.
- Filmer et réserver dans un endroit au frais.

3. Préparer les pommes - 10 min
- Eplucher, évider et citronner les pommes.
- Couper des tranches régulières d'1 cm d'épaisseur.
- Disposer les tranches dans une plaque à débarrasser.
- Saupoudrer les tranches de sucre semoule, d'un peu de cannelle en poudre et arroser de calvados.
- Retourner les tranches pour bien les imprégner.
- Réserver au frais.

4. Terminer la pâte à frire - 10 min
- Réunir dans un bassin les blancs d'œufs et un peu de sel fin.
- Casser les blancs à l'aide d'un fouet.
- Monter plus rapidement les blancs, et les serrer avec un peu de sucre.
- Incorporer les blancs délicatement à la pâte à l'aide d'une petite écumoire.

5. Marquer les beignets en cuisson - 20 min *(voir p. 457/458)*
- Egoutter soigneusement les tranches de pommes.
- Les enrober de pâte à frire, et les plonger dans un bain de friture à 170 °C pendant environ 40 secondes sur chaque face. Les retourner délicatement à l'aide d'une araignée.
- Les égoutter soigneusement sur du papier absorbant.

6. Confectionner la sauce abricot - 5 min
- Mettre la confiture d'abricots à chauffer dans une petite sauteuse.
- La détendre avec la marinade des pommes et un peu d'eau ou de sirop si nécessaire.
- Passer la sauce abricot au chinois étamine et la réserver au chaud et à couvert.

7. Glacer les beignets - 5 min
- Saupoudrer les beignets de sucre glace et les glacer uniformément sous la salamandre.

8. Dresser les beignets - 5 min
- Disposer les beignets en couronne sur le plat de service.
- Dresser la sauce abricot au calvados en saucière.



Beignets aux pommes

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 2 calottes
- 1 bassin à blancs
- 1 fouet à blancs

Matériel de cuisson :

- 1 friteuse
- 1 araignée

Matériel de dressage :

- plats ronds plats
- saucières, dessous de saucières, papier dentelle

BEIGNETS DE SEMOULE

1. Confectionner l'appareil

- Cuire la semoule : faire bouillir 0,75 l de lait avec 0,150 kg de sucre et un peu de vanille liquide. A l'ébullition, y verser en pluie 0,150 kg de semoule de blé fine et laisser cuire en remuant pendant environ 10 min.
- Incorporer 0,150 kg de fruits confits macérés dans un peu de Kirsch.
- Débarrasser sur une plaque légèrement huilée, égaliser sur une épaisseur d'1 cm.
- Filmer et laisser refroidir en enceinte réfrigérée.

2. Confectionner la pâte à frire *(voir p. 523/524)*

3. Détailler les beignets de semoule

- Détailler la semoule à l'emporte-pièce rond de 5 cm de diamètre et évider le centre au vide-pomme.

4. Terminer la pâte à frire

- Incorporer délicatement les blancs d'œufs en neige.

5. Cuire les beignets

- Enrober les palets de semoule de pâte, et frire à 170 °C.
- Les égoutter après cuisson sur du papier absorbant (ils doivent être dorés, gonflés et croustillants).
- Les glacer au sucre glace sous la salamandre.

6. Dresser les beignets

- Napper l'assiette : moitié sauce abricot et moitié coulis de framboises.
- Disposer les beignets en haut et décorer avec une fraise.
- Disposer une boule de glace vanille au centre.

PLATS SIMILAIRES

Beignets d'ananas

- Tranches d'ananas frais, macérées au kirsch, enrobées de pâte à frire, frites et servies avec une sauce groseille au kirsch.

Beignets de banane

- Bananes fendues en 2 et coupées en tronçons de 4 cm.
- Faire macérer dans du rhum. Enrober de pâte à frire puis frire.
- Servir accompagnées d'une sauce abricot au rhum.

Beignets de crème ou crèmes frites

- Crème pâtissière épaisse collée, additionnée de fruits confits macérés au kirsch.
- Façonner des petites quenelles à la cuillère, les enrober de pâte à frire, frire et servir à part une sauce abricot.



Beignets de semoule



SOUFFLÉS À LA LIQUEUR

Entremets chauds réalisés le plus souvent à partir de crème pâtissière aromatisée avec une liqueur, allégée avec des blancs en neige et cuits au four.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Appareil à soufflé (crème pâtissière)				
- lait	l	0,50		
- vanille	gousse	1/2		
- œufs (4 jaunes*)	kg	0,080		
ou				
- œufs entiers (3 pièces)	kg	0,165		
- sucre semoule	kg	0,100 à 0,125		
- farine	kg	0,070		
- sucre glace	kg	0,005		
- liqueur	l	0,04		
Finition				
- œufs (2 jaunes*)	kg	0,040		
- œufs (8 blancs)	kg	0,260		
- sel fin	kg	PM		
- sucre semoule	kg	0,020		
- biscuits à la cuiller	kg	0,040		
- liqueur	l	0,04		
Chemisage des moules				
- beurre	kg	0,020		
- sucre semoule	kg	0,040		
Glaçage				
- sucre glace	kg	0,020		
** Les blancs d'œufs sont réservés pour la finition.*				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***50 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			***20 à 25 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la crème pâtissière - 20 min *(voir p. 547 à 549)*
- Mettre le lait à bouillir avec une demi-gousse de vanille.
- Clarifier les œufs.
- Blanchir les jaunes avec le sucre semoule ou utiliser 3 œufs entiers.
- Ajouter la farine tamisée, puis mélanger.
- Verser progressivement le lait bouillant sur le mélange en remuant avec un petit fouet, puis mettre l'appareil dans la russe.
- Cuire la crème pâtissière pendant quelques minutes en remuant sans discontinuer.
- Débarrasser la crème pâtissière dans une grande calotte en acier inoxydable.
- Saupoudrer la surface avec un peu de sucre glace afin d'éviter la formation d'une peau ou filmer.

3. Chemiser les moules à soufflé - 5 min *(voir p. 353)*
- Les beurrer à l'aide d'un pinceau et les sucrer avec un peu de sucre semoule.

4. Imbiber les biscuits à la cuiller avec 0,04 l de liqueur - 2 min

5. Réaliser l'appareil à soufflé - 10 min
- Détendre la crème pâtissière avec le reste de la liqueur.
- Ajouter 2 jaunes d'œufs crus à la crème pâtissière.
- Monter les 8 blancs d'œufs en neige ferme avec une petite pincée de sel (les «casser» d'abord puis accélérer la vitesse de fouettage et les serrer avec un peu de sucre semoule lorsqu'ils deviennent bien fermes).
- Incorporer une petite partie des blancs en neige à la crème pâtissière afin de la détendre, puis incorporer très délicatement le reste à l'aide d'une petite écumoire.

6. Mouler les soufflés - 5 min
- Disposer la moitié des biscuits au fond des moules.
- Verser un peu d'appareil à soufflé, puis disposer le reste des biscuits.
- Emplir les moules jusqu'à ras bord.
- Lisser la surface et la canneler à l'aide d'une spatule métallique.

7. Marquer les soufflés en cuisson - 3 min
- Démarrer la cuisson des soufflés sur la plaque du fourneau pendant quelques minutes, puis les cuire au four à 200 °C pendant 20 à 25 min environ (les décoller légèrement au bout de quelques minutes de cuisson à l'aide d'un couteau d'office).
- Glacer les soufflés en les saupoudrant 3 à 4 min avant la fin de la cuisson avec du sucre glace.

8. Dresser les soufflés - 5 min
- Disposer chaque soufflé sur un plat recouvert d'un papier dentelle.
- Servir immédiatement.

REMARQUE : *Il est possible de réaliser la crème pâtissière en remplaçant les 4 jaunes d'œufs par 3 œufs entiers.*



Soufflé à la liqueur

Matériel de préparation :
- 1 grande calotte
- 2 petites calottes
- 1 bassin à blancs
- 1 fouet à blancs

Matériel de cuisson :
- 1 russe moyenne
  ou
- 1 sauteuse
- moules à soufflé

Matériel de dressage :
- plats ronds et papier dentelle

CRÊPES SOUFFLÉES À L'ORANGE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser 1/2 l d'appareil à crêpes
- Avec 0,200 kg de farine, 3 œufs entiers, sel fin, sucre, 1/2 l de lait et 0,050 kg de beurre.

3. Réaliser 1/2 l de crème pâtissière
- (Appareil à soufflé, voir ci-contre).
- Lui ajouter 0,050 kg de zestes d'oranges taillés en fine brunoise, blanchis et macérés dans 0,04 l de Grand Marnier.

4. Sauter les crêpes
- Les maintenir au chaud.

5. Terminer l'appareil à soufflé
- Incorporer les jaunes d'œufs crus, puis les blancs battus en neige et serrés avec un peu de sucre semoule.

6. Garnir les crêpes
- Garnir chaque crêpe avec une cuillerée bombée d'appareil.
- Les disposer sur un grand plat long beurré en les faisant se chevaucher légèrement.

7. Cuire les crêpes
- Les cuire au four à 200 °C durant 7 à 8 min.

8. Glacer les crêpes soufflées
- Les glacer avec du sucre glace deux minutes avant de les retirer du four.
- Servir immédiatement.

PLATS SIMILAIRES

Soufflé chocolat
- Appareil identique à la recette de base, mais sans alcool et additionné de poudre de cacao.

Soufflé arlequin
- Moule à soufflé garni d'appareil à soufflé à la vanille et d'appareil à soufflé chocolat, par quartier.
- Glacer à l'envoi.

Soufflé Sao Paulo
- Appareil à soufflé aromatisé au café et au rhum.

Soufflé Rothschild
- Appareil à soufflé à la vanille, additionné d'une brunoise de fruits confits macérés à la liqueur de Dantzig aux paillettes d'or.
- Disposer à l'envoi une bordure de fraises très parfumées.

Soufflé aux fruits (fraises, framboises)
- Cuire au cassé 0,250 kg de sucre, ajouter 0,300 kg de pulpe de fruits et recuire durant quelques secondes.
- Verser sur 6 blancs d'œufs montés en neige et légèrement meringués.
- Verser dans les moules chemisés et cuire les soufflés au four.



Crêpes soufflées aux pommes caramélisées



CRÊPES AU SUCRE

Fines crêpes cuites à la poêle (sautées), servies tièdes juste saupoudrées de sucre.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Pâte à crêpes				
- lait	l	0,50		
- farine	kg	0,200 à 0,250		
- œufs entiers (3 pièces)	kg	0,165		
- sel fin	kg	0,002		
- sucre semoule	kg	0,040		
- beurre	kg	0,040		
- beurre ou	kg	0,020		
- huile pour la cuisson	l	0,02		
Finition				
- sucre glace ou	kg	0,040		
- sucre semoule et	kg	0,020		
sucre glace	kg	0,020		
- beurre pour le plat	kg	0,010		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*40 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*1 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la pâte à crêpes - 10 min *(voir p. 525/527)*
- Disposer la farine en fontaine dans une calotte en acier inoxydable.
- Ajouter au centre de la fontaine le sel fin, le sucre semoule et les œufs entiers.
- Mélanger délicatement, à l'aide d'un fouet, les œufs et une partie de la farine.
- Verser progressivement le lait en remuant sans discontinuer, la pâte doit être lisse, parfaitement homogène.
- Faire fondre le beurre ou le cuire légèrement noisette.
- Passer au chinois étamine la pâte à crêpes dans une autre calotte en inox.
- Verser le beurre fondu ou le beurre noisette refroidi dans la pâte, remuer et laisser reposer.

3. Cuire les crêpes (sauter) - 20 min
- Nettoyer correctement les poêles à crêpes.
- Les faire chauffer, puis beurrer ou huiler très légèrement.
- Verser un peu d'appareil à l'aide d'un pochon.
- Répartir uniformément la pâte sur toute la surface de la poêle.
- Cuire à feu moyen pendant environ 20 sec.
- Retourner la crêpe à l'aide d'une spatule métallique.
- Cuire à nouveau l'autre face pendant environ 20 sec.
- Débarrasser toutes les crêpes dans le même sens, le côté le premier coloré au-dessous.
- Recouvrir les crêpes et les réserver au chaud.

4. Dresser les crêpes - 5 min
- Sucrer les crêpes sans excès avec du sucre semoule.
- Plier les crêpes en 4.
- Disposer les crêpes harmonieusement sur un plat beurré.
- Saupoudrer de sucre glace.

REMARQUES :
- *Les crêpes peuvent être glacées sous la salamandre.*
- *Les crêpes terminées en salle sont envoyées légèrement chevauchées sur plat beurré. Les faces cuites en dernier sur le dessus. Pliées lors du flambage, la plus belle face, celle qui est cuite en premier, se retrouve sur le dessus.*



Crêpes au sucre

Matériel de préparation :
- 2 calottes moyennes
- 1 ramequin
- 1 chinois étamine
- 1 petit pochon

Matériel de cuisson :
- poêles de 18/20 cm de diamètre

Matériel de dressage :
- grands plats ronds ou longs

CRÊPES FOURRÉES OU PANNEQUETS

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min

2. Réaliser 1/2 l de pâte à crêpes - 10 min (voir ci-contre)

3. Faire macérer 0,080 kg de fruits confits et 0,040 kg de raisins secs dans 0,04 l de rhum - 2 min

4. Réaliser la crème pâtissière - 20 min *(voir p. 547/549)*
- Mettre le lait à bouillir avec la demi-gousse de vanille.
- Clarifier les œufs.
- Blanchir les jaunes avec le sucre semoule.
- Ajouter la farine tamisée, mélanger.
- Verser progressivement le lait bouillant sur le mélange en remuant avec un petit fouet, puis mettre l'appareil dans la russe.
- Cuire la crème pâtissière pendant quelques minutes en remuant sans discontinuer.
- Débarrasser la crème pâtissière dans une calotte en acier inoxydable.
- Beurrer la surface ou filmer afin d'éviter la formation d'une peau.

5. Mélanger les raisins secs macérés et les fruits confits dans la crème pâtissière - 3 min

6. Cuire les crêpes (sauter) - 20 min *(voir p. 527)*

7. Confectionner les crêpes fourrées (ou pannequets) - 10 min
- Disposer les crêpes sur le marbre ou sur une feuille de papier sulfurisé (placer le côté coloré en premier au-dessous).
- Coucher au centre des crêpes un gros bâtonnet de crème pâtissière à l'aide d'une poche munie d'une douille de 1,5 cm de diamètre.
- Rabattre les bords et rouler les crêpes en forme de cigare.
- Réserver les crêpes au chaud.

8. Dresser les crêpes fourrées - 10 min
- Disposer les crêpes fourrées ou pannequets sur un plat long beurré.
- Saupoudrer de sucre glace, et éventuellement glacer sous la salamandre.

REMARQUE : Elles peuvent être éventuellement servies avec un coulis de fruits rouges.

PLATS SIMILAIRES

Crêpes flambées *(préparation généralement terminée en salle)*
- Caramel décuit avec du jus d'oranges quelques gouttes de jus de citron et une noisette de beurre.
- Détendre avec un peu de Grand Marnier et laisser réduire légèrement.
- Sur un réchaud de flambage, plier les crêpes dans cette réduction et les flamber avec du Cognac, saupoudrer de sucre si nécessaire.
- Dresser sur assiettes chaudes à raison de trois crêpes de 16 à 18 cm de diamètre par personne.

Crêpes Suzette *(préparation généralement terminée en salle)*
- Crêpes passées puis pliées dans un «beurre Suzette» composé de beurre extra-fin doux en pommade additionné de sucre semoule et de morceaux de sucre frottés contre l'écorce d'oranges et de citrons non traités soigneusement lavés, de zestes et de jus d'orange et de citron, de Grand Marnier et de Cognac.
- Les crêpes Suzette ne sont pas flambées, elles sont simplement dressées sur assiettte chaudes.

Crêpes au sarrazin (galettes)
- Même préparation que ci-contre, en remplaçant la farine de froment par de la farine de sarrazin.

Aumonières normande
- Crêpes garnies de pommes reinettes taillées en dés, sautées au beurre, flambées au Calvados, sucrées légèrement à la confiture d'abricots, puis repliées et liées en forme de bourses.
- Servir avec un caramel décuit à la crème et au Calvados.



Aumônière normande



ENTREMETS FAÇON SINGAPOUR

Entremets à base de génoise imbibée d'un sirop parfumé au Kirsch et garni d'une crème pâtissière à la compote d'ananas.
L'entremets est masqué d'amandes grillées et décoré de tranches d'ananas et de fruits confits

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Génoise				
- œufs entiers (4 pièces)	kg	0,220		
- sucre semoule	kg	0,125		
- farine	kg	0,125		
- beurre (facultatif)	kg	0,040		
Chemisage				
- beurre	kg	0,020		
- farine	kg	0,020		
Sirop de punchage				
- eau	l	0,05		
- sucre	kg	0,040		
- Kirsch	l	0,04		
Crème pâtissière				
- lait	l	0,50		
- œufs (4 jaunes)	kg	0,080		
- sucre semoule	kg	0,100		
- poudre à crème	kg	0,040		
- vanille	gousse	1/2		
- Kirsch	l	0,02		
- beurre	kg	0,010		
Compote d'ananas				
- ananas au sirop (bt 4/4) en morceaux	pièce	1		
- sirop d'ananas	l	PM		
Finition / décor				
- nappage abricot	kg	0,080		
- ananas rondelles	pièce	2		
- bigarreaux confits	pièce	4		
- angélique confite	kg	0,020		
- amandes concassées	kg	0,080		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 25 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DE LA GÉNOISE			*20 à 25 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Chemiser le moule - 3 min
- Beurrer soigneusement toute la surface du moule à l'aide d'un pinceau.
- Saupoudrer l'intérieur de farine tamisée.
- Taper le moule en le retournant afin d'enlever l'excédent de farine.
- Réserver le moule.

3. Réaliser la génoise - 15 min *(voir p. 514/517)*
- Réunir dans un bassin semi-sphérique en acier inoxydable les œufs entiers et le sucre semoule.
- Blanchir le mélange à l'aide d'un fouet à blancs.
- Monter l'appareil en plaçant le bassin au bain-marie dans une sauteuse contenant de l'eau chaude.
- Fouetter sans discontinuer en soulevant la masse de manière à incorporer le maximum d'air au mélange.
- Retirer le bassin de la sauteuse lorsque l'appareil a doublé de volume et atteint une température voisine de 40 °C.
- Continuer de fouetter jusqu'à complet refroidissement de l'appareil.

Remarque : L'appareil doit «former le ruban».
- Incorporer délicatement en pluie la farine tamisée en soulevant l'appareil à l'aide d'une petite écumoire.

4. Marquer la génoise en cuisson - 2 min
- Emplir à l'aide d'une corne le moule aux 2/3 de sa hauteur.
- Cuire la génoise à four moyen (180 °C durant 20 à 25 min environ).

5. Réaliser le sirop de punchage - 3 min
- Le parfumer au Kirsch après refroidissement.

6. Réaliser la crème pâtissière - 20 min *(voir p. 547/549)*
- La beurrer en surface ou la filmer et la refroidir rapidement.

7. Démouler et débarrasser la génoise sur grille - 2 min

8. Réaliser la compote d'ananas - 10 min
- Concasser les morceaux d'ananas.
- Les confire lentement dans une sauteuse avec une partie du sirop de couverture.
- Débarrasser, réserver.

9. Griller les amandes concassées - 5 min

10. Réaliser le montage de l'entremets - 10 min *(voir p. 518).*
- Tailler la génoise en trois disques de la même épaisseur.
- Placer le premier disque sur un carton à entremets.
- Le puncher puis le masquer d'une couche fine de crème pâtissière parfumée au Kirsch.
- Répartir uniformément la moitié de la compote d'ananas.
- Placer le deuxième disque de génoise et recommencer l'opération.
- Puncher et mettre en place le troisième disque.

11. Terminer et décorer l'entremets - 8 min
- Le lustrer entièrement avec le nappage abricot bouillant.
- Appliquer régulièrement les amandes grillées autour de l'entremets.
- Décorer soigneusement le dessus avec les rondelles d'ananas et les fruits confits. Lustrer.

12. Dresser l'entremets - 2 min
- Le dresser sur un plat rond plat recouvert d'un papier dentelle.



Entremets façon Singapour

Matériel de préparation :

- 1 bassin à blancs
- 1 fouet à sauces
- 2 calottes moyennes
- 1 grille à pâtisserie
- 1 fouet à blancs
- 1 ramequin
- 1 couteau-scie

Matériel de cuisson :

- moule ou caisse à génoise
- 2 sauteuses moyennes
- 1 russe moyenne
- 1 petite russe
- 1 petite plaque à pâtisserie

Matériel de dressage :

- plats ronds plats
- papier dentelle
- carton à entremets

GÂTEAU GRAND SIÈCLE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser 4 œufs de génoise

- Utiliser 0,125 kg de sucre semoule et 0,125 kg de farine tamisée.
- La débarrasser sur grille et la laisser refroidir.

3. Réaliser 0,15 l de sirop de punchage avec 0,06 l d'eau, 0,040 kg de sucre et 0,04 l de Cointreau

4. Réaliser 0,25 l de crème Chantilly

- La sucrer avec 0,020 kg de sucre glace.

5. Détendre 0,400 kg de framboises pépins en les travaillant à froid à l'aide d'une spatule.

6. Réaliser le montage de l'entremets

- Placer la génoise sur un carton à entremets.
- La détailler en trois disques réguliers.
- Puncher et réaliser le montage en intercalant un disque de génoise, une couche de crème Chantilly et une couche de framboises pépins.
- Terminer par le dernier disque de génoise.

7. Réaliser 3 blancs d'œufs d'appareil à omelette norvégienne

- Monter 3 blancs d'œufs en neige ferme avec une petite pincée de sel fin.
- Les serrer fermement avec 0,040 kg de sucre.
- Blanchir 1 jaune d'œuf avec 0,020 kg de sucre.
- Incorporer délicatement le jaune blanchi aux blancs en neige.

8. Masquer et caraméliser l'entremets

- Le masquer avec une couche fine et régulière d'appareil à omelette norvégienne.
- Le saupoudrer de sucre glace, puis le caraméliser sans excès à l'aide d'un chalumeau.

9. Masquer le pourtour à mi-hauteur avec des amandes craquelées

- 0,100 kg d'amandes effilées, humectées de quelques gouttes de Kirsch amanda et saupoudrées de sucre semoule puis grillées lentement.

10. Décorer le dessus avec quelques framboises billes

PLATS SIMILAIRES

Marquise

- Génoise punchée au sirop parfumé au Kirsch.
- Garnir de crème pâtissière additionnée de fruits confits macérés au Kirsch.
- Glacer entièrement au fondant blanc.
- Décor au cornet et fruits confits.

Mont-Blanc

- Génoise punchée au sirop parfumé au rhum vieux.
- Garnir de crème mousseline additionnée de «lait» de noix de coco, de zestes de citrons verts et parfumée à la cannelle.
- Masquer entièrement de noix de coco râpée fraîche.
- Décorer avec des rondelles d'ananas et des fruits confits.

Fraisier

- Entremets rectangulaire ou monté en cercle à base de génoise punchée au sirop parfumé au Cointreau ou au Grand Marnier.
- Garnir de crème mousseline et de fraises très parfumées placées debout.
- Glacer au fondant ou recouvrir de pâte d'amandes.
- Parer de manière à partager des fraises (elles doivent être apparentes tout autour de l'entremets).
- Décorer avec des petites fraises glacées au sucre (déguisées) et des détails de pâte d'amandes.

REMARQUE : *Le montage en cercle permet d'appliquer directement les 1/2 fraises contre les parois du cercle et évite de parer.*



Gâteau Grand Siècle



MOKA

Entremets à base de génoise parfumée au rhum, fourrée et masquée de crème au beurre au café, décoré avec des amandes effilées grillées.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Génoise				
- œufs entiers (4 pièces)	kg	0,220		
- sucre semoule	kg	0,125		
- farine	kg	0,125		
Chemisage				
- beurre	kg	0,020		
- farine	kg	0,020		
Crème au beurre				
- beurre doux extra-fin	kg	0,250		
- sucre	kg	0,200		
- eau	l	0,04		
- œufs entiers (2 pièces)	kg	0,110		
- œufs (2 jaunes)	kg	0,040		
ou				
- œufs entier (1 pièce)	kg	0,055		
- œufs (3 à 4 jaunes)	kg	0,060 à 0,080		
- café (extrait liquide)	l	PM		
- vanille (extrait liquide)	l	PM		
Sirop				
- eau	l	0,06		
- sucre	kg	0,040		
- rhum	l	0,04		
Finition				
- amandes hachées ou effilées	kg	0,100		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 15 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DE LA GÉNOISE			20 à 25 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Chemiser le moule à génoise - 3 min *(voir p. 351 et fiche précédente)*

3. Réaliser la génoise - 15 min *(voir p. 514/517)*

4. Réaliser le sirop - 5 min *(voir p. 578)*
- Réunir dans une russe l'eau et le sucre.
- Porter à ébullition.
- Ecumer si nécessaire, débarrasser le sirop dans une calotte en inox. Refroidir
- Parfumer avec du rhum. Réserver.

5. Confectionner la crème au beurre - 15 min *(voir p. 553/556)*
- Ramollir le beurre en pommade.
- Réunir dans un poêlon à sucre, l'eau et le sucre.
- Porter à ébullition, écumer si nécessaire.
- Battre les jaunes et les œufs entiers dans une calotte en acier inoxydable.
- Quand le sucre est à son point de cuisson (grand filet/petit boulé - 114 à 118 °C), selon l'utilisation d'œufs entiers ou de jaunes seuls, le verser progressivement sur les œufs en fouettant vigoureusement et sans discontinuer jusqu'à complet refroidissement.
- Incorporer des noix de beurre ramolli.
- Travailler la crème au fouet pour obtenir une parfaite homogénéité.
- Parfumer la crème avec de l'extrait liquide de vanille et de café. Réserver.

6. Griller les amandes au four sur plaque - 5 min

7. Monter le moka - 15 min *(voir p. 518/519)*
- Tailler la génoise à l'aide d'un couteau-scie en 3 disques réguliers.
- Imbiber de sirop (à l'aide d'un pinceau) le premier disque de génoise.
- Masquer sans excès de crème au beurre au café.
- Placer le deuxième disque sur le premier.
- Imbiber à nouveau.
- Masquer de crème au beurre au café.
- Poser le troisième et dernier disque également punché.

8. Terminer le moka - 10 min
- Masquer de crème au beurre, à la spatule métallique, le tour et le dessus du moka.
- Appliquer les amandes grillées autour du moka.
- Décorer le moka avec le reste de crème au beurre, à l'aide d'une poche à décor munie d'une douille cannelée.

9. Dresser le moka - 2 min
- Dresser soigneusement le moka sur le plat de service recouvert d'un papier dentelle.



Mokas

Matériel de préparation :

- 1 bassin à blancs
- 2 grandes calottes
- 1 pinceau
- 1 couteau-scie
- 1 poche et douilles cannelées
- 1 fouet à blancs
- 1 plaque à débarrasser
- 1 grille à pâtisserie

Matériel de cuisson :

- 1 grande sauteuse
- 1 thermomètre à sucre
- moules ou caisse à génoise
- 1 poêlon à sucre

Matériel de dressage :

- grands plats ronds plats
- papier dentelle
- carton à entremets

BÛCHE DE NOËL

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser 4 œufs de génoise

- La coucher à plat sur une plaque à pâtisserie chemisée ou recouverte d'une feuille de papier siliconé.
- La cuire rapidement sans excès à 230 °C durant quelques minutes.

3. Réaliser la crème au beurre *(voir p. 553/556).*

- La parfumer (vanille, café, chocolat, pistache, ...).

4. Réaliser le sirop de punchage

- Lui ajouter un alcool ou une liqueur en rapport avec le parfum choisi.

5. Débarrasser la génoise

- Lui appliquer une feuille de papier sulfurisé sitôt la sortie du four et la rouler immédiatement (la feuille de papier permet de maintenir une légère humidité à l'intérieur de la génoise et de la rouler plus facilement).

6. Façonner la bûche

- Dérouler la génoise, retirer la feuille de papier sulfurisé.
- La puncher et la masquer avec une couche fine de crème au beurre.
- Rouler à nouveau et placer la bûche sur un carton à entremets.
- Parer les extrémités en diagonale, récupérer les parures pour simuler les nœuds.

7. Décorer la bûche

- La masquer avec une couche fine et régulière de crème au beurre. Utiliser une poche munie d'une douille spéciale ou simuler l'écorce à l'aide d'une fourchette.
- Décorer avec de la glace royale verte, des champignons en meringue suisse, des amandes grillées, saupoudrer sans excès de sucre neige.



Entremets au chocolat

PLATS SIMILAIRES

Mascotte

- Comme le moka ; parfumer la crème au beurre avec 0,150 kg de pralin assoupli avec le beurre.
- Masquer entièrement avec des amandes effilées craquelées (amandes imbibées de Kirsch amanda, saupoudrées de sucre et blondies lentement au four).
- Décorer avec des rosaces de crème pralinée surmontées de grains de café liqueur.

Entremets au chocolat

- Génoise parfumée au Grand Marnier, fourrée et masquée de crème au beurre parfumée au chocolat.
- Décorer avec des copeaux ou des rouleaux en chocolat ou des bâtonnets de meringue suisse au cacao.

Grand Duc

- Génoise fourrée et masquée de crème au beurre au cointreau.
- Parsemer le dessus et le pourtour de noisettes concassées et amandes caramélisées.



Bûche de Noël



CHOUX CHANTILLY

Choux cuits au four, ouverts, garnis de crème Chantilly, et saupoudrés au sucre glace.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Pâte à choux				
- eau	l	0,25		
- sel fin	kg	0,005		
- sucre semoule	kg	0,010		
- beurre	kg	0,080		
- farine	kg	0,125		
- œufs entiers (4 à 5 selon le calibre)	kg	0,220		
- beurre pour la plaque	kg	0,010		
Dorure				
- œuf (1 entier)	kg	0,055		
Crème Chantilly				
- crème liquide	l	0,60		
- sucre glace	kg	0,040		
- vanille (extrait liquide)	l	PM		
Finition				
- sucre glace	kg	0,020		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES CHOUX			*25 à 30 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Réaliser la pâte à choux - 15 min *(voir p. 505/509)*
- Dans une russe ou dans une sauteuse, réunir l'eau, le sel et le beurre découpé en parcelles.
- Porter à ébullition et veiller à obtenir simultanément l'ébullition de l'eau et la fusion du beurre.
- Ajouter, hors du feu, la farine tamisée en 1 seule fois.
- Mélanger vigoureusement à l'aide d'une spatule.
- Mettre la détrempe sur le feu et la dessécher quelques secondes jusqu'à ce qu'elle n'adhère plus ni au récipient, ni à la spatule.
- Débarrasser la détrempe dans une calotte et incorporer les œufs 1 à 1, puis vérifier la consistance de la pâte et corner le bord du récipient.

3. Coucher ou dresser les choux - 10 min *(voir p. 508)*
- Vérifier la propreté de la plaque à pâtisserie et la beurrer légèrement à l'aide d'un pinceau.
- Emplir une poche munie d'une douille unie d'1 cm à 1,2 cm de diamètre avec la pâte à choux, puis coucher en quinconce les choux sur la plaque à pâtisserie.
- Laisser suffisamment d'espace entre les choux afin qu'ils puissent gonfler et sécher correctement.
- Les dorer soigneusement et uniformément à l'œuf à l'aide d'un pinceau.
- Egaliser la surface si nécessaire en effectuant un léger quadrillage à l'aide du dos d'une fourchette trempée dans de l'eau.

4. Marquer les choux en cuisson - 5 min
- Cuire les choux au four à 200 °C pendant 25 à 30 min, puis ouvrir le ouras en fin de cuisson afin de libérer la vapeur (si nécessaire, entrouvrir la porte du four pour bien les dessécher en fin de cuisson.
- Les débarrasser sur une grille à pâtisserie.

5. Confectionner la crème Chantilly - 10 min *(voir p. 541/543)*
- Réunir dans une calotte en acier inoxydable, la crème et quelques gouttes de vanille.
- Fouetter (éventuellement sur de la glace pilée) et arrêter le fouettage lorsque la crème s'épaissit et tient légèrement aux branches du fouet.
- Saupoudrer de sucre glace et serrer la crème.

6. Garnir les choux - 12 min
- Ouvrir le dessus des choux avec un couteau-scie ou éventuellement avec une paire de ciseaux.
- Egaliser les chapeaux à l'aide d'un emporte-pièce.
- Emplir de crème Chantilly une poche munie d'une douille cannelée, puis garnir les choux en laissant apparaître la crème sur 1 cm de hauteur.
- Saupoudrer les couvercles de sucre glace, puis les replacer sur chaque chou.

7. Dresser les choux - 3 min
- Disposer harmonieusement les choux Chantilly sur un grand plat rond recouvert de papier dentelle.



Choux Chantilly

Matériel de préparation :

- 1 grande calotte
- 1 tamis
- 1 grille à pâtisserie
- 1 douille cannelée à Chantilly
- 1 couteau-scie ou 1 paire de ciseaux
- 1 calotte moyenne
- 1 grand fouet
- 1 poche

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne
  ou
- 1 sauteuse
- 1 plaque à pâtisserie

Matériel de dressage :

- plats ronds plats
- papier dentelle

SAINT-HONORÉ

1. Réaliser 0,150 kg de pâte brisée ou sucrée ou utiliser des parures de feuilletage

2. Réaliser 0,25 l de pâte à choux *(voir p. 509)*

3. Réaliser la base de Saint-Honoré

- Abaisser un disque de pâte, sur le bord, coucher une couronne de pâte à choux et une spirale moins épaisse en partant du centre.
- Avec le reste de pâte à choux, coucher séparément 25 petits choux.
- Cuire séparément au four à 200 °C.

4. Réaliser 1/4 de litre de crème pâtissière *(voir p. 547/549)*

- La parfumer et la coller avec 2 feuilles de gélatine.
- La maintenir au chaud.

5. Terminer la crème Chiboust *(voir p. 550/551)*

- Monter simultanément à la cuisson de la crème pâtissière, 4 blancs d'œufs en neige ferme, les serrer avec 0,050 kg de sucre.
- Incorporer très délicatement la meringue à la française à la crème pâtissière.

6. Glacer et garnir les choux

- Les garnir sur le côté à l'aide d'une poche munie d'une douille ronde.
- Les glacer au caramel blond et les souder également au caramel à la couronne du fond de base.

7. Terminer le Saint-Honoré

- Garnir immédiatement l'intérieur avec une partie de la crème. La crème Chiboust doit être mise en place avant son complet refroidissement.
- Décorer le dessus en épi avec le reste de la crème. Utiliser une poche munie d'une douille spéciale, dite à Saint-Honoré.
- Placer en enceinte réfrigérée et utiliser le jour même.
- Dresser sur un carton à entremets et papier dentelle.

REMARQUE : *La crème Chiboust est particulièrement fragile et vulnérable sur le plan bactériologique. Beaucoup de restaurateurs préfèrent alléger la crème pâtissière collée avec de la meringue italienne ou tout simplement la remplacer par de la crème Chantilly ou de la glace (vanille, café, chocolat) dans le cas d'un Saint-Honoré glacé.*

PLATS SIMILAIRES

Cygnes Chantilly

- Coucher des choux de forme ovale légèrement effilés (ils représentent le corps des cygnes). Coucher un nombre identique de «S» à l'aide d'une poche munie d'une douille ronde unie n° 2.
- Insister légèrement à l'emplacement du bec et simuler les yeux en plaçant un petit détail de fruit confit.
- Ouvrir les choux et partager les couvercles en deux dans le sens de la longueur, ils représenteront les ailes.
- Garnir le corps des cygnes avec de la crème Chantilly. Placer le cou et les ailes et saupoudrer généreusement de sucre glace.

Panier de fruits rouges Chantilly

- Coucher de gros choux légèrement aplatis ronds ou ovales. Coucher les anses à l'aide d'une poche munie d'une douille ronde unie n° 2.
- Ouvrir les choux, réserver les couvercles, les partager en deux, les saupoudrer de sucre glace (ils simuleront le couvercle du panier).
- Garnir les choux avec la crème Chantilly et les fruits rouges.
- Placer l'anse et les couvercles légèrement entrouverts pour laisser apercevoir les fruits et la crème.

Profiteroles au chocolat

- Coucher de petits choux à raison de 5 à 6 pièces par personne.
- Les garnir généreusement de crème Chantilly.
- Les napper et servir à part une sauce chocolat chaude. Il est possible de remplacer la crème Chantilly par de la glace à la vanille ; dans ce cas cet entremets se nomme «désir du roi».



Saint-Honoré



CHOUX À LA CRÈME, ÉCLAIRS CAFÉ - CHOCOLAT

Choux et éclairs en pâte à choux, garnis de crème pâtissière aromatisée à la vanille, au café ou au chocolat, et glacés au fondant.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Pâte à choux				
- eau	l	0,25		
- sel fin	kg	0,005		
- sucre semoule	kg	0,010		
- beurre	kg	0,080		
- farine	kg	0,125		
- œufs entiers (4 à 5 selon le calibre)	kg	0,220		
- beurre pour la plaque	kg	0,010		
Dorure				
- oeuf (1 entier)	kg	0,055		
Crème pâtissière				
- lait	l	0,75		
- œufs (6 jaunes)	kg	0,120		
- sucre semoule	kg	0,150		
- farine	kg	0,100		
ou				
- poudre à crème	kg	0,060		
- vanille	gousse	1/2		
- beurre	kg	0,010		
Glaçage				
- fondant blanc	kg	0,300		
- sirop à 1.2624 D (30° Baumé)	l	0,04		
Finition				
Pour les choux à la crème :				
- kirsch (facultatif)	l	0,02		
- bigarreaux	kg	0,020		
ou				
- grains de mimosa	kg	PM		
Pour les éclairs :				
- café (extrait liquide)	l	PM		
- cacao	kg	0,040		
ou				
- couverture	kg	0,080		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 20 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES CHOUX			*25 à 30 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la pâte à choux - 15 min *(voir p. 505/509 ou fiche précédente)*

3. Dresser ou coucher les choux ou les éclairs - 10 min *(voir p. 508)*
- Les coucher sur une plaque beurrée.
- Utiliser une poche munie d'une douille ronde unie d'1 cm à 1,2 cm de diamètre.

4. Marquer les choux ou les éclairs en cuisson - 5 min
- Bien les dessécher en ouvrant le oura en fin de cuisson pour libérer la vapeur.

5. Réaliser la crème pâtissière - 20 min *(voir p. 547/549)*
- Mettre le lait à bouillir avec la demi-gousse de vanille.
- Clarifier les œufs.
- Blanchir les jaunes avec le sucre semoule.
- Ajouter la farine tamisée ou la poudre à crème, puis mélanger.
- Verser progressivement le lait bouillant sur le mélange en remuant à l'aide d'un petit fouet.
- Mettre l'appareil dans la russe et cuire la crème pâtissière pendant quelques minutes en remuant sans discontinuer.
- Retirer la gousse de vanille.
- Débarrasser la crème et la parfumer, soit avec quelques gouttes d'extrait de vanille et un peu de kirsch* pour les choux, soit avec 0,01 l ou 0,02 l d'extrait de café ou du cacao pour les éclairs.
- Beurrer en surface ou filmer, et refroidir rapidement la crème pâtissière parfumée.

6. Garnir les choux ou les éclairs - 15 min *(voir p. 509)*
- Percer les choux au-dessous ou sur le côté à l'aide de la pointe d'un couteau d'office.
- Les garnir de crème au kirsch à l'aide d'une poche munie d'une douille.
- Inciser discrètement les éclairs sur le côté et les garnir délicatement.

7. Glacer les choux ou les éclairs - 12 min *(voir p. 510)*
- Les choux à la crème peuvent être saupoudrés de sucre glace ou glacés avec du fondant blanc, puis décorés sobrement avec des bigarreaux confits ou des grains de mimosa.
- Chauffer doucement le fondant à 35 °C environ dans 2 petites sauteuses.
- Le parfumer avec quelques gouttes d'extrait de café ou avec un peu de cacao tamisé.
- Détendre le fondant avec un peu de sirop à 1.2664 D si nécessaire.
- Tremper délicatement le dessus des éclairs dans le fondant.
- Egaliser l'épaisseur et supprimer l'excédent de fondant avec le doigt ou avec un petit couteau.
- Réserver les éclairs café et chocolat sur une grille à pâtisserie.

8. Dresser les éclairs - 3 min
- Disposer harmonieusement les éclairs ou les choux à la crème sur le plat de service recouvert d'un papier dentelle.

***REMARQUE :** * Lorsqu'un alcool ou une liqueur est utilisé pour parfumer la crème, il est préférable de les ajouter après refroidissement.*



Choux à la crème et éclairs café - chocolat

Matériel de préparation :

- 2 calottes moyennes
- 1 plaque à débarrasser
- 1 ramequin
- 1 poche et 1 douille ronde unie d'1 cm de diamètre
- 1 corne
- 1 grille à pâtisserie

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne
- 2 sauteuses moyennes
- 2 petites sauteuses
- 1 plaque à pâtisserie

Matériel de dressage :

- plats longs ou ronds plats
- papier dentelle

PARIS-BREST

1. Réaliser la pâte à choux et coucher le Paris-Brest *(voir p. 509)*

- Voir recette de base ci-contre.
- Coucher, à l'aide d'une poche munie d'une douille unie, 2 couronnes de pâte à choux accolées l'une à l'autre, puis en superposer une troisième au milieu des 2 premières.
- Dorer et saupoudrer avec 0,050 kg d'amandes effilées.
- Cuire au four à 200 °C durant 35 min environ. Ouvrir le oura en fin de cuisson pour favoriser le dessèchement de la pâte.

2. Réaliser la crème mousseline *(voir p. 552)*

- Incorporer 0,060 kg de beurre dans 0,250 kg de crème pâtissière encore chaude (voir recette de base ci-contre) réalisée à partir de poudre à crème.
- A part, travailler 0,065 kg de beurre avec 0,065 kg de praliné dans un batteur mélangeur, incorporer la crème pâtissière et laisser tourner pour «foisonner» l'ensemble.

3. Garnir le Paris-Brest

- Après cuisson, ouvrir la couronne en deux.
- Garnir l'intérieur de crème mousseline pralinée à l'aide d'une poche munie d'une grosse douille cannelée.
- Placer au centre les petits arcs de cercles creux en pâte à choux, ils procureront de la hauteur et du volume.
- Poser le dessus de la couronne et saupoudrer de sucre glace.

4. Dresser le Paris-Brest

- Faire glisser le Paris-Brest dans un grand plat rond recouvert d'un papier dentelle.

PLATS SIMILAIRES

Religieuse (individuelle)

- 2 choux de grosseurs différentes, garnis de crème pâtissière café ou chocolat, glacés au fondant, superposés l'un sur l'autre, et décorés à la crème au beurre.

Glands

- Choux de forme allongée, garnis de crème pâtissière vanille ou à l'alcool, et glacés au fondant vert clair. La base du gland est réalisée en la recouvrant de chocolat en granulés.

Salammbôs

- Choux garnis de crème pâtissière, glacés au sucre cuit au caramel blond, décorés d'une amande.

Chouquettes

- Petits choux simplement saupoudrés de sucre en grains avant cuisson.

Casse-museaux glacés

- Grosses quenelles de pâte à choux cuites à 160 °C dans un bain de friture (comme les pets de nonnes), soigneusement égouttées et garnies de crèmes pâtissière ou diplomate et de glace plombière.
- Saupoudrer de sucre glace.
- Servir éventuellement avec un coulis de framboises.



Paris-Brest



TARTE AUX POMMES

Tarte en pâte brisée, garnie de marmelade de pommes et de pommes émincées, cuite au four.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Pâte brisée				
- farine	kg	0,250		
- sucre semoule	kg	0,025		
- sel	kg	0,005		
- beurre extra-fin	kg	0,125		
- œuf (1 jaune)	kg	0,020		
- eau	l	0,05		
- farine (pour abaisser)	kg	0,040		
- beurre (pour le cercle)	kg	0,010		
Compote (marmelade)				
- pommes	kg	0,600		
- citron	pièce	1/2		
- sucre semoule	kg	0,040		
Garniture				
- pommes (cox oranges ou R. des reinettes)	kg	0,600		
- citron	pièce	1/2		
Dorure				
- œuf (1 entier)	kg	0,055		
Finition				
- nappage abricot	kg	0,140		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 15 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			30 à 35 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la pâte brisée - 15 min *(voir p. 481/485)*

3. Eplucher et citronner les pommes - 10 min
- Eliminer les péricarpes et les pépins à l'aide d'un vide-pomme ou d'une cuillère à pommes noisettes.

4. Confectionner la compote* (marmelade) - 10 min
- Détailler la moitié des pommes en quartiers, puis les émincer en lamelles épaisses.
- Mettre les pommes dans une russe ou dans une sauteuse, ajouter le sucre et un peu d'eau.
- Cuire la compote doucement et à couvert.

5. Passer la compote - 5 min
- Bien dessécher la compote sur le feu à l'aide d'une spatule, puis la passer au tamis ou au mixeur.
- La laisser refroidir

6. Foncer la tarte - 10 min *(voir p. 489/493)*
- Beurrer le cercle avec le beurre en pommade.
- Fleurer le marbre avec de la farine et abaisser la pâte à 3 mm d'épaisseur à l'aide d'un rouleau à pâtisserie.
- Eliminer l'excédent de farine à l'aide d'une brosse et la piquer régulièrement avec un pique-vite.
- Enrouler la pâte autour du rouleau et la dérouler à l'envers sur le cercle.
- Recentrer l'abaisse si nécessaire et ôter à nouveau l'excédent de farine avec la brosse.
- Foncer le cercle, relever les crêtes et les chiqueter à l'aide d'une pince à tarte.
- Disposer le «fond de tarte» sur une plaque à pâtisserie ronde ou sur une tourtière.
- Réserver en enceinte réfrigérée.

7. Garnir la tarte - 15 min
- Masquer le fond de la tarte avec la compote refroidie.
- Couper les pommes en 2 dans le sens de la verticale, puis les émincer finement en demi-lamelles de 1 à 2 mm d'épaisseur.
- Disposer harmonieusement en rosace les lamelles de pommes sur la compote en les chevauchant.
- Dorer à l'œuf (facultatif).

8. Marquer la tarte aux pommes en cuisson - 3 min
- Cuire la tarte aux pommes au four à 200 °C pendant 30 à 35 min.
- Retirer le cercle et passer de la dorure sur la pâte aux 2/3 de la cuisson de la tarte.
- Débarrasser la tarte aux pommes sur une grille à pâtisserie.

9. Napper la tarte aux pommes (lustrer) - 5 min
- Chauffer le nappage dans une petite sauteuse et le détendre si nécessaire avec un peu de sirop.
- Lustrer délicatement la tarte à l'aide d'un pinceau.

10. Dresser la tarte aux pommes - 2 min
- Dresser la tarte aux pommes sur un grand plat rond recouvert d'un papier dentelle.

**REMARQUE : La marmelade de pommes peut être réalisée en faisant sauter les pommes détaillées en petits dés dans une poêle anti-adhésive avec du beurre légèrement noisette. elle peut être parfumée à la cannelle.*



Tarte aux pommes

Matériel de préparation :

- 1 tamis
- 1 corne ou 1 coupe pâte
- 1 grande calotte
- 2 plaques à débarrasser
- 1 batteur-mélangeur
- 1 rouleau à pâtisserie
- 1 brosse à farine
- 1 petite calotte
- 1 vide-pomme
- 1 grille à pâtisserie

Matériel de cuisson :

- cercles à tarte
- plaques à pâtisserie rondes
- 1 sauteuse moyenne
  ou
- 1 poêle antiadhésive

Matériel de dressage :

- plats ronds plats
- papier dentelle

CRUMBLE AUX POMMES ET À LA RHUBARBE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser 0,250 kg de pâte brisée sucrée *(voir ci-contre et p. 481/483)*

3. Laver, effilandrer 0,400 kg de rhubarbe

- La pocher dans un sirop léger vanillé puis l'égoutter soigneusement.

4. Préparer les pommes

- Laver, éplucher, citronner, évider puis tailler en dés réguliers 0,800 kg de reine des reinettes ou de reinette de Caux.
- Les sauter dans une poêle avec 0,080 kg de beurre, les sucrer légèrement et les flamber au Calvados.

5. Foncer et garnir le fond de tarte

- Le garnir avec la rhubarbe pochée et égouttée et les pommes sautées.
- Cuire au four à 200 °C durant une trentaine de minutes.

6. Réaliser le crumble

- Sabler grossièrement 0,060 kg de farine avec 0,100 kg de beurre 1/2 sel, 0,100 kg de sucre cristallisé ou de cassonade et 0,100 kg de poudre d'amandes. Il est possible d'ajouter quelques gouttes d'extrait de vanille liquide.

7. Terminer la tarte

- Sortir la tarte du four, la décercler et dorer la pâte.
- La recouvrir entièrement et généreusement avec le sablage.
- Terminer la cuisson durant une quinzaine de minutes.
- Saupoudrer sans excès de sucre neige décor et dresser.

***REMARQUE :** Il est possible d'ajouter des framboises d'automne ou des mûres.*

PLATS SIMILAIRES

Tarte Maître Pons

- Réaliser la pâte brisée sucrée ou la pâte sucrée *(voir p. 481/486).*
- Macérer 0,100 kg de raisins secs dans 0,08 l de Calvados.
- Laver, éplucher, citronner, évider et tailler en dés réguliers 1,600 kg de reinettes ou de cox oranges.
- Les sauter au beurre avec une légère coloration.
- Ajouter un soupçon de cannelle, les raisins macérés et flamber avec le Calvados.
- Sucrer avec 0,080 kg de miel, débarrasser et réserver.
- Foncer, chiqueter la tarte et la garnir avec les pommes sautées.
- Cuire la tarte au 9/10ème sur la sole du four durant 30 à 35 min à 190/200 °C.
- Réaliser un appareil à macarons en mélangeant à la spatule : 4 blancs d'œufs, 0,300 kg de poudre d'amandes, 0,300 kg de sucre glace et quelques gouttes d'extrait de vanille.
- Sortir la tarte du four, décercler et dorer la pâte.
- Masquer régulièrement le dessus en spirale avec l'appareil à macarons en utilisant une poche munie d'une douille ronde unie d'1 cm de diamètre.
- Terminer la cuisson de la tarte durant une quinzaine de minutes, l'appareil doit être cuit et doré.
- Débarrasser la tarte sur grille, la décorer au sucre glace à l'aide d'un pochoir en forme de pomme et dresser.

Tarte aux pommes caramélisées

- Réaliser et cuire à blanc un fond de tarte en pâte brisée sucrée ou en pâte sucrée.
- Le garnir après cuisson avec des pommes taillées en dés sautés dans une poêle antiadhésive avec un caramel réalisé à partir de beurre 1/2 sel et de sucre.
- Parfumer avec un soupçon de cannelle et de vanille.
- Déglacer les pommes avec un peu de cidre brut et flamber avec un trait de Calvados.
- Servir tiède

Tarte aux pommes grillagée

- Procéder comme pour la tarte Maître Pons.
- Utiliser un cercle haut et quadriller la surface avec des petites bandelettes de pâte sucrée.
- Saupoudrer de sucre glace et glacer en fin de cuisson.



Crumble aux pommes et à la rhubarbe



TARTE AUX POMMES À L'ALSACIENNE (appelée parfois tarte normande)

Tarte en pâte brisée sucrée, garnie de quartiers de pommes et d'un appareil à crème prise sucré parfumé à la vanille, et cuite au four. *REMARQUE : en saison, il est préférable d'utiliser des quetches ou des mirabelles.*

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Pâte brisée				
- farine	kg	0,250		
- sucre semoule	kg	0,025		
- sel	kg	0,005		
- beurre extra-fin	kg	0,125		
- œuf (1 jaune)	kg	0,020		
- eau	l	0,05		
- farine (pour abaisser)	kg	0,040		
- beurre (pour le cercle)	kg	0,010		
Garniture				
- pommes	kg	0,600		
- citron	pièce	1/2		
ou				
- quetches au sirop	kg	0,800		
ou				
- mirabelles au sirop	kg	0,800		
Appareil à crème prise sucré				
- œuf (1 jaune)	kg	0,020		
- œufs entiers (2 pièces)	kg	0,110		
- sucre semoule	kg	0,050		
- lait	l	0,20		
- crème double	l	0,10		
- vanille (extrait liquide)	l	PM		
Finition				
- sucre glace	kg	0,020		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*50 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*30 à 35 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la pâte brisée - 15 min *(voir p. 481/485)*
- Tamiser la farine et la disposer en fontaine.
- Ajouter le sel, le sucre, le jaune d'œuf, l'eau et le beurre découpé en petites parcelles.
- Mélanger ces éléments du bout des doigts au centre de la fontaine, puis incorporer progressivement la farine à l'aide d'un coupe-pâte.
- Fraiser une ou deux fois au maximum.
- Rassembler la pâte en boule sans la pétrir.
- L'envelopper dans un film plastique alimentaire et réserver la pâte au frais pour qu'elle se raffermisse et perde de son éventuelle élasticité.

3. Préparer les pommes - 5 min
- Eplucher et citronner les pommes.
- Les évider à l'aide d'un vide-pomme, puis les détailler en gros quartiers d'1 cm d'épaisseur (ou les partager en huit).

4. Foncer la tarte - 10 min *(voir p. 489/490)*
- Beurrer le cercle.
- Abaisser la pâte à 3 mm d'épaisseur à l'aide d'un rouleau.
- Foncer le cercle, relever les crêtes et les chiqueter à l'aide d'une pince à tarte.
- Disposer le «fond de tarte» sur une plaque à pâtisserie ronde et le piquer légèrement à l'aide d'une fourchette.

5. Confectionner l'appareil à crème prise sucré - 5 min *(voir p. 564)*
- Dans une petite calotte en acier inoxydable, réunir les 2 œufs entiers, le jaune, le sucre semoule, la crème, le lait et quelques gouttes d'extrait de vanille.
- Mélanger et passer l'appareil au chinois étamine.

6. Garnir la tarte - 5 min
- Disposer harmonieusement les quartiers de pommes en rosace.

7. Marquer la tarte en cuisson - 3 min
- Poser la plaque sur la porte du four et emplir la tarte avec l'appareil.
- Cuire la tarte au four à 240 °C pendant quelques minutes pour fixer les bords, puis terminer la cuisson à 200 °C durant 25 à 30 min.
- Retirer le cercle et dorer la pâte aux 2/3 de la cuisson.
- Saupoudrer la tarte de sucre glace quelques minutes avant de la sortir du four.
- Débarrasser la tarte sur une grille à pâtisserie.

8. Dresser la tarte alsacienne - 2 min
- Dresser la tarte alsacienne sur un grand plat rond recouvert d'un papier dentelle (elle peut être saupoudrée à nouveau de sucre glace au moment de l'envoi).

REMARQUE : Les pommes peuvent être pré-cuites au four ou sautées à la poêle, dans ce cas elles sont appliquées régulièrement contre les bords intérieurs de la tarte pour les empêcher de retomber à la cuisson.



Tarte aux pommes à l'alsacienne

Matériel de préparation :

- 1 tamis
- 1 corne ou 1 coupe pâte
- 2 calottes moyennes
- 2 plaques à débarrasser
- 1 batteur-mélangeur
- 1 rouleau à pâtisserie
- 1 brosse à farine
- 1 vide-pomme
- 1 chinois étamine
- 1grille à pâtisserie

Matériel de cuisson :

- cercles à tartes
- plaques à pâtisserie rondes
- 1 poêle antiadhésive (facultatif)

Matériel de dressage :

- plats ronds plats
- papier dentelle

TARTE CHIBOUST AUX POMMES

1. Mettre en place le poste de travail

2. Foncer un cercle à tarte avec de la pâte brisée sucrée *(voir ci-contre)*

3. Sauter 1 kg de pommes

- Laver, éplucher, partager en deux, évider et sauter les pommes dans une poêle avec 0,080 kg de beurre et 0,080 kg de sucre, bien les caraméliser (comme pour une tarte Tatin).

4. Garnir et cuire la tarte

- La garnir entièrement et la cuire durant une trentaine de minutes, décercler et dorer avant la fin de cuisson.
- La débarrasser sur grille.

5. Réaliser la crème Chiboust

- Réaliser 1/4 de litre de crème pâtissière à la poudre à crème. La coller avec 0,040 kg de gelée dessert, puis lui incorporer aussitôt 4 blancs d'œufs montés en neige et serrés avec 0,080 kg de sucre semoule.
- Parfumer à la vanille et au Calvados.

6. Terminer la tarte

- La masquer avec une couche régulière de 2 cm d'épaisseur de crème Chiboust (utiliser de préférence un cercle à entremets), lisser soigneusement.
- Laisser prendre au froid.

A la commande :

- Saupoudrer la tarte de cassonade ou de sucre glace et la caraméliser au fer ou au chalumeau.
- Dresser sur plat rond recouvert de papier dentelle.

PLATS SIMILAIRES

Clafoutis aux cerises du Limousin

- Dégorger au sucre des cerises noires non dénoyautées.
- Beurrer et sucrer un plat à gratin ou des petits plats individuels.
- Répartir les cerises et les recouvrir presque entièrement d'un appareil à crème prise légèrement lié à la farine ou à la maïzena.
- Cuire au four.

L'appelation clafoutis est réservé uniquement aux cerises. Réalisé avec d'autres fruits il porte le nom de flognarde, flamusse, ...).

Tarte soufflée aux pommes

- Foncer un cercle à tarte avec de la pâte brisée sucrée.
- Garnir avec des demi-pommes sautées au beurre et flambées au Calvados.
- Pré-cuire la tarte durant une vingtaine de minutes, puis remplir le moule avec un appareil à crème prise sucré (appareil à tarte alsacienne très légèrement lié à la maïzena).
- Terminer la cuisson durant 15 minutes.
- Réaliser une meringue à l'italienne, la lier avec des jaunes d'œufs blanchis avec un peu de sucre glace.
- Placer sur la tarte un cercle à entremets chemisé du même diamètre.
- Le remplir avec l'appareil à soufflé.
- Cuire au four, glacer au sucre glace en fin de cuisson.



Tarte Chiboust aux pommes



Clafoutis aux cerises du Limousin



TARTES FEUILLETÉES AUX FRUITS

Tartes de forme longue, réalisées en pâte feuilletée au beurre, garnies de fruits frais (ou au sirop), de crème pâtissière et lustrées au nappage blond

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Pâte feuilletée au beurre				
- farine	kg	0,250		
- sel fin	kg	0,005		
- beurre fondu refroidi	kg	0,025		
- eau	l	0,125		
- beurre sec pour feuilletage	kg	0,180		
- farine pour tourer	kg	0,125		
Dorure				
- œuf (1 entier)	kg	0,055		
Crème pâtissière à la poudre de à crème				
- lait	l	1/2		
- œufs (3 jaunes)	kg	0,060		
- sucre semoule	kg	0,100		
- poudre à crème ou à flan	kg	0,040		
- vanille	gousse	1/2		
- kirsch	l	0,02		
- beurre pour tamponner	kg	0,010		
Garniture				
- fraises (petites)	kg	0,800		
ou				
- abricots au sirop (32 oreillons)	bt 4/4	1		
ou				
- poires (4 pièces)	kg	0,700 à 0,800		
ou				
- poires au sirop	bt 4/4	1		
- citron (1 pièce)	kg	0,100		
Sirop				
- eau	l	0,80		
- sucre semoule	kg	0,600		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
- vanille	gousse	1/2		
Finition				
- nappage blond ou rouge selon le fruit	kg	0,140		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 40 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*18 à 20 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Réaliser la pâte feuilleté - 10 min *(voir p. 496/498)*
- Réaliser la détrempe et lui ajouter le 1/10ème de son poids en beurre fondu refroidi, l'envelopper dans un film alimentaire et la laisser reposer durant une trentaine de minutes en enceinte réfrigérée.

3. Réaliser le sirop pour pocher les fruits - 5 min
- Réunir dans une russe, l'eau, le sucre, les zestes de citron et la demi-gousse de vanille fendue par le milieu.
- Porter à ébullition et écumer si nécessaire.

4. Tourer le feuilletage - 5 min *(voir p. 497/498)*
- Amener le beurre sec à la même consistance que la détrempe.
- Assouplir légèrment la détrempe si elle a été «bloquée» trop longtemps au froid (la dégourdir).
- Donner les deux premiers tours et laisser le pâton reposer en enceinte réfrigérée durant une dizaine de minutes.

5. Préparer les fruits - 10 min
- Eplucher, citronner et évider les poires à l'aide d'une cuillère à pommes noisettes
- Les pocher dans le sirop bouillant *(voir p. 386)*,

ou
- Egoutter et réserver les abricots,

ou
- Laver, égoutter et équeuter les fraises.

6. Donner le 3ème et le 4ème tour à la pâte feuilletée - 5 min
- La laisser reposer à nouveau environ 10 min.

7/ Réaliser la crème pâtissière - 20 min *(voir p. 547/549)*
- La réaliser en utilisant de la farine ou de la poudre à crème.
- La tamponner, la filmer et la refroidir rapidement.

8. Donner les deux derniers tours à la pâte feuilletée - 5 min

9. Réaliser les tartes en bandes - 15 min *(voir p. 499/500)*
- Abaisser le pâton de la forme d'un carré d'environ 36 à 38 cm de côté, sur 3 à 4 mm d'épaisseur maximum.
- Détendre la pâte en la soulevant avant de la détailler.
- Parer l'abaisse si nécessaire, puis détailler 2 bandes d'environ 14 cm de largeur pour les fonds, et 4 bandelettes de 2 à 2,5 cm de largeur pour les côtés.
- Plier et réserver les bandelettes en évitant de les allonger.
- Brosser l'excédent de farine.
- Mouiller les bords à l'aide d'un pinceau et appliquer les bandelettes sans les déformer.
- Les souder puis chiqueter sans entailler la pâte.
- Dorer puis décorer les bandelettes à l'aide de la pointe d'un couteau d'office.
- Laisser reposer les tartes en bandes avant de les enfourner.

10. Marquer les bandes feuilletées en cuisson - 3 min
- Les dorer à nouveau puis les cuire à 220-230 °C durant une vingtaine de minutes (selon la nature des fruits - poires, abricots, pommes - les tartes peuvent être garnies avant cuisson).

11. Terminer les tartes feuilletées aux fruits - 15 min
- Chauffer le nappage sans le fouetter, le détendre avec du sirop si nécessaire.
- S'assurer de la cuisson des bandes.
- Parfumer la crème pâtissière refroidie avec le kirsch puis garnir les fonds de tartes.
- Disposer harmonieusement les fruits bien égouttés.
- Lustrer (napper) soigneusement les fruits en évitant de mettre du nappage sur les bordures de pâte.
- Parer les extrémités des tartes.

12. Dresser les tartes feuilletées aux fruits - 2 min
- Disposer délicatement les tartes sur le plat de service recouvert d'un papier dentelle.


Tartes feuilletées aux fruits

Matériel de préparation :

- 1 tamis à farine
- 1 corne ou 1 coupe pâte
- 2 plaques à débarrasser
- 1 passoire à queue
- 1grille à pâtisserie
- 1 rouleau à pâtisserie
- 1 brosse à farine
- 2 calottes moyennes
- 1 ramequin

Matériel de cuisson :

- 1 plaque à pâtisserie
- 1 sauteuse moyenne
- 1 russe moyenne avec couvercle

Matériel de dressage :

- plat long ou torpilleur ou plateau à pâtisserie
- papier dentelle

TARTE FINE AUX POMMES

1. Mettre en place le poste de travail

2. Détailler huit abaisses rondes et fines de 14 à 16 cm de diamètre
- Les piquer et les disposer à l'envers sur une plaque à pâtisserie humidifiée ou recouverte d'une feuille de «papier cuisson».

3. Masquer les disques de pâte
- Les masquer d'une couche fine de crème d'amandes ou de crème pâtissière.

4. Garnir les tartes individuelles
- Les garnir en rosace avec les pommes finement émincées.
- Commencer par les bords extérieurs, les recouvrir entièrement sans réserver de bordure.
- Parsemer le dessus de sucre cristallisé sablé avec un peu de beurre et une pointe de cannelle en poudre.

5. Cuire les tartes et les dresser immédiatement
- Les cuire à la commande au four à 220 °C durant une douzaine de minutes.
- Si elles ne brillent pas suffisamment, les glacer au sucre glace.
- Les dresser sur assiettes individuelles.

REMARQUE : Les tartes fines aux pommes peuvent être accompagnées d'un caramel décuit au cidre, à la crème et au beurre 1/2 sel ou d'une boule de sorbet à la pomme ou de glace à la cannelle.


Tartes fines aux pommes

TARTE MARGUERITE AUX FRUITS

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser 0,250 kg de pâte feuilletée au beurre
- L'envelopper et la laisser reposer en enceinte réfrigérée.

3. Réaliser 1/2 l de crème pâtissière *(voir proportions ci-contre)*

4. Détailler la tarte en forme de marguerite *(voir p. 501)*
- Détailler un disque de pâte feuilletée de 28 cm de diamètre puis découper les bords en huit demi-cercles à l'aide d'un découpoir rond et cannelé.
- Détailler huit fleurons de même diamètre.
- Mouiller les bords de la tarte à l'aide d'un pinceau.
- Appliquer les fleurons (festonner les bords) les souder en appuyant délicatement vers l'intérieur.
- Dorer puis bloquer au froid durant une quinzaine de minutes.

5. Cuire la tarte à blanc
- Repiquer le fond si nécessaire.
- Dorer à nouveau et cuire la tarte au four à 220 °C puis la débarrasser sur grille.

6. Garnir la tarte
- Parfumer la crème pâtissière avec 0,02 l de kirsch ou de liqueur à base d'oranges.
- Masquer le fond avec une couche régulière de crème.
- Répartir les fruits en alternant les couleurs (utiliser 0,100 kg de bigarreaux, 2 pièces de kiwi, 0,100 kg de mirabelles, 0,100 kg d'ananas au sirop ou 0,100 kg d'abricots).

7. Napper (lustrer) et dresser la tarte
- La lustrer avec 0,100 kg de nappage abricot bouillant sans mettre de nappage sur les bords.
- Dresser la tarte sur un grand plat rond recouvert d'une feuille de papier dentelle.


Tarte marguerite aux fruits



TARTE AUX POIRES ET À LA CRÈME D'AMANDES (appelée à tort tarte Bourdaloue)

**Tarte réalisée en pâte brisée sucrée. Le fond est masqué d'une couche épaisse de crème d'amandes et de poires pochées au sirop escalopées. En cuisant les poires s'enfoncent dans la crème et la parfument.
La tarte aux poires est servie de préférence tiède.**

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Pâte brisée sucrée				
- farine	kg	0,250		
- sel	kg	0,005		
- sucre semoule	kg	0,025		
- beurre extra-fin	kg	0,125		
- œufs (1 jaune)	kg	0,020		
- eau	l	0,05		
- farine pour abaisser	kg	0,040		
- beurre pour le cercle	kg	0,010		
Dorure				
- œufs (1 entier)	kg	0,055		
Sirop				
- eau	l	0,80		
- sucre	kg	0,500		
- zestes d'oranges ou zestes de citrons		PM		
- vanille	gousse	1/2		
Garniture				
- poires (4 belles pièces) (William, Doyenné du Comice, louise-bonne passe-crassane)	kg	0,700		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
Crème d'amandes				
- beurre	kg	0,100		
sucre semoule	kg	0,100		
- amandes en poudre	kg	0,100		
- œufs entiers (2 pièces)	kg	0,100		
- vanille (extrait liquide)	l	PM		
- rhum ambré ou vieux	l	0,04		
Finition				
- amandes effilées (facultatives)	kg	0,040		
- nappage blond abricot	kg	0,100		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 05 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*40 à 45 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Réaliser la pâte brisée sucrée - 15 min *(voir p. 481/485)*
- L'envelopper et la réserver en enceinte réfrigérée.

3. Réaliser la crème d'amandes - 10 min *(voir p. 557/558)*
- La parfumer avec de l'extrait de vanille liquide et du rhum ambré.
- Corner soigneusement la calotte, la filmer et la réserver.

4. Pocher les poires au sirop - 10 min
(dans le cas de l'utilisation de poires fraîches - voir p. 386)
- Laver, éplucher et citronner les poires.
- Les partager en deux, enlever les parties ligneuses, les pépins et les péricarpes à l'aide d'une cuillère à pommes noisettes.
- Les plonger dans le sirop en ébullition parfumé avec des zestes d'oranges ou de citrons et une 1/2 gousse de vanille. Couvrir d'une feuille de papier sulfurisé et cuire lentement les poires durant une vingtaine de minutes.
- Contrôler la cuisson, l'arrêter et laisser refroidir les poires dans le sirop.

5. Foncer la tarte - 10 min *(voir p. 489/490)*
- Piquer le fond, relever les crêtes et les chiqueter.

6. Garnir la tarte - 5 min
- Masquer le fond avec une couche épaisse et régulière de crème d'amandes.
- Egoutter et escaloper les huit demi-poires en lamelles régulières en veillant à ne pas les déplacer.
- Les disposer sur la crème en plaçant la base des poires (la partie la plus large) vers l'extérieur de la tarte.

7. Cuire la tarte - 5 min
- La cuire au four à 200/210 °C durant une quarantaine de minutes.
- Décercler dix minutes avant la fin de la cuisson, dorer la pâte et terminer la cuisson en veillant à ce que le dessous soit parfaitement cuit.

8. Terminer la tarte - 5 min
- S'assurer de sa cuisson et la débarrasser sur grille.
- La napper uniformément avec le nappage abricot bouillant (le détendre si nécessaire avec un peu de sirop du pochage des poires).
- Disposer la tarte sur un plat rond recouvert d'une feuille de papier dentelle.

REMARQUES :
- *Il est fréquent de parsemer les tartes au moment du décerclage d'amandes effilées.*
- *Pour abaisser le coût-matière, certains professionnels ajoutent de la crème pâtissière à la crème d'amandes (selon l'utilisation, il est possible d'ajouter de la poudre à crème à la place de la crème pâtissière).*
- *Les poires fraîches peuvent être remplacées par une boîte 4/4 de poires au sirop.*
- *Une variante peut être obtenue en pochant les demi-poires dans un sirop au vin rouge parfumé à la cannelle. Le sirop de pochage est réduit, collé légèrement à la gélatine et servi comme «sauce d'accompagnement» : Tarte aux poires Belle Angevine.*



Tarte aux poires et à la crème d'amandes

Matériel de préparation :

- 1 tamis à farine
- 1 corne ou 1 coupe-pâte
- 3 plaques à débarrasser
- 1 petite calotte
- 1 rouleau à pâtisserie
- 1 brosse à farine
- 1 calotte moyenne

Matériel de cuisson :

- 1 cercle à tarte de 24 à 26 cm de diamètre
- 1 tourtière de 24 à 26 cm de diamètre
- 1 russe moyenne
  ou
- 1 sauteuse
- 1 couvercle

Matériel de dressage :

- plat rond plat
- papier dentelle

TARTE DUO DE CERISES

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser 0,250 kg de pâte brisée sucrée *(voir p. 484/485)*

3. Préparer la garniture

- Eponger soigneusement 0,400 kg de bigarreaux rouges au sirop.
- Décongeler 0,400 kg de griottes dénoyautées.

4. Réaliser un appareil à mirlitons

- Mélanger intimement 2 œufs entiers (0,120 kg), 0,120 kg de sucre semoule, 0,100 kg de poudre d'amandes, 0,10 l de lait et 0,10 l de crème tiédis et 0,025 kg de beurre cuit noisette puis refroidi.
- Parfumer l'appareil avec quelques gouttes d'extrait de vanille liquide.

5. Foncer et chiqueter le fond de tarte

- Utiliser un cercle bas beurré.

6. Garnir la tarte

- Répartir uniformément les deux variétés de cerises.
- Recouvrir avec l'appareil à mirlitons.

7. Cuire la tarte

- La cuire au four à 200/210 °C durant une trentaine de minutes.

8. Réaliser un appareil à streusel

- Sabler 0,080 kg de beurre 1/2 sel avec 0,080 kg de poudre d'amandes ou de noisettes, 0,080 kg de sucre cristallisé, 0,050 kg de farine et une pincée de cannelle.
- Réserver le sablage ainsi obtenu durant 24 h en enceinte réfrigérée puis le passer au travers d'un tamis grosse grille.
- Cuire le sablage sous faible épaisseur au four à 200 °C durant une dizaine de minutes.

9. Terminer la tarte

- S'assurer de la cuisson de la tarte.
- Répartir le streusel uniformément. Saupoudrer de sucre glace.
- Dresser et servir tiède.

REMARQUE : *L'appareil à streusel peut être remplacé par un appareil à cramble. Dans ce cas, réaliser un sablage avec les mêmes ingrédients puis, dix minutes avant la fin de la cuisson de la tarte, le répartir uniformément et terminer la cuisson.*

TARTE AUX FRUITS ROUGES

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser 0,250 kg de pâte sucrée *(voir p. 486)*

- La réserver en enceinte réfrigérée.

3. Réaliser la crème d'amandes

- Utiliser 0,050 kg de beurre en pommade, 0,050 kg de sucre semoule, 0,050 kg d'amandes en poudre, un œuf entier et une pincée de poudre à crème.
- La parfumer avec une goutte d'extrait de vanille liquide.
- La filmer et la réserver.

4. Réaliser 0,40 l de crème pâtissière

- Utiliser 0,40 l de lait, 2 jaunes d'œufs, 0,080 kg de sucre semoule et 0,040 kg de poudre à crème.
- La tamponner avec 0,010 kg de beurre, la filmer et la réserver.

5. Foncer et cuire le fond de tarte

- Piquer le fond, chiqueter les crêtes.
- Masquer le fond avec la crème d'amandes et le cuire à blanc durant une trentaine de minutes à 200 °C.
- Débarrasser le fond de tarte et le laisser refroidir sur grille.

6. Laver et égoutter soigneusement les fruits

- Equeuter 0,200 kg de gariguettes, réserver 0,200 kg de framboises, 0,150 kg de myrtilles, 0,150 kg de mûres et 0,100 kg de groseilles rouges en grappes.

7. Garnir la tarte

- Parfumer la crème pâtissière avec 0,02 l de liqueur à base d'oranges (Cointreau ou Grand Marnier).
- Masquer le fond de tarte à la crème d'amandes avec la crème pâtissière.
- Disposer en premier de façon irrégulière les fraises et les lustrer avec 0,080 kg de nappage rouge.
- Disposer ensuite tous les autres fruits rouges en harmonisant les formes et les dégradés de couleurs.
- Saupoudrer sans excès de sucre «neige décor».

8. Dresser la tarte

- La disposer sur un plat rond recouvert d'une feuille de papier dentelle.





TARTE AU CITRON

Tarte réalisée en pâte sucrée garnie d'un appareil particulièrement moelleux parfumé au citron. La tarte au citron peut être recouverte d'une couche de meringue à la française (meringuée) saupoudrée de sucre glace et glacée sous la salamandre.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Pâte sucrée				
- farine	kg	0,250		
- beurre	kg	0,125		
- sucre glace	kg	0,100		
- sel	kg	PM		
- œuf entier (1 pièce)	kg	0,055		
- eau	l	PM		
- beurre pour le cercle	kg	0,010		
- farine pour abaisser	kg	0,040		
- dorure		PM		
Appareil au citron				
- jus de citron	l	0,30		
ou				
- citrons à jus	kg	0,600		
- eau	l	PM		
- sucre semoule	kg	0,150		
- œufs entiers (3 pièces)	kg	0,165		
- œufs (3 jaunes)	kg	0,060		
- sucre semoule	kg	0,050		
- poudre à crème	kg	0,025		
- crème liquide UHT	l	0,20		
- beurre	kg	0,100		
Nappage citron*				
- nappage neutre	kg	0,100		
- jus de citron	l	0,02		
Décor* (facultatif)				
- Zestes de citron confits	kg	PM		
- citron (1 pièce)	kg	0,100		
- sucre semoule	kg	0,050		
- eau	l	PM		
** Des zestes de citron râpés et blanchis peuvent être ajoutés à la pâte sucrée.*				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 10 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DE LA PÂTE			*25 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Réaliser la pâte sucrée - 15 min *(voir p. 486)*
- L'envelopper dans un film plastique alimentaire et la laisser se raffermir en enceinte réfrigérée.

3. Réaliser les élément de décor* (facultatif) - 5 min
- Lever les zestes du citron et les tailler en julienne régulière.
- Blanchir la julienne puis la confire dans le sirop.

4. Mettre en place les éléments de l'appareil au citron - 5 min
- Ramollir le beurre et lui donner la consistance d'une pommade.
- Porter la crème à ébullition et la réserver.

5. Réaliser l'appareil au citron - 15 min
- Porter dans une sauteuse le jus de citron, un peu d'eau et le sucre semoule à ébullition.
- Blanchir les œufs entiers, les jaunes et les 0,050 kg de sucre dans une calotte.
- Ajouter la poudre à crème.
- Délayer progressivement le mélange avec le sirop au citron.
- Verser l'ensemble dans la sauteuse et porter le tout à ébullition.
- Remuer sans arrêter à l'aide d'un fouet comme pour la réalisation de la crème pâtissière.
- Incorporer la crème bouillante puis débarrasser l'appareil dans une calotte.
- Le filmer puis le refroidir rapidement à la température ambiante.

6. Foncer le cercle - 10 min *(voir p. 489/490)*
- Le foncer sans crêtes.
- Couper l'excédent de pâte à l'aide d'un couteau ou du rouleau.

7. Cuire le fond de tarte à blanc - 5 min
- Recouvrir le fond d'une feuille de papier sulfurisé.
- Le garnir de pois de cuisson et le cuire à blanc dans un four à 200 °C durant une vingtaine de minutes.
- Débarrasser les pois aux 3/4 de la cuisson, décercler et dorer les bords extérieurs.
- Finir la cuisson et la coloration.
- Débarrasser le fond de tarte sur grille et le laisser refroidir.

8. Terminer l'appareil et garnir le fond de tarte - 10 min
- Incorporer progressivement le beurre en pommade à l'appareil, bien le lisser et l'homogénéiser soigneusement (ne pas fouetter exagérément, l'appareil risque de relâcher - idem crème mousseline).
- Garnir entièrement (à ras bord) le fond de tarte avec l'appareil.
- Le lisser soigneusement à la spatule.

9. Lustrer la tarte au citron
- Faire bouillir le nappage neutre, le détendre légèrement avec du jus de citron.
- Lustrer soigneusement et régulièrement.
- Parsemer facultativement le dessus avec les zestes de citron confits.

10. Dresser la tarte au citron
- Disposer la tarte sur un plat rond recouvert de papier dentelle.



Tarte au citron

Matériel de préparation :

- 1 tamis à farine
- 1 corne ou 1 coupe-pâte
- 3 plaques à débarrasser
- 1 petite calotte
- 1 rouleau à pâtisserie
- 1 brosse à farine
- 1 calotte moyenne

Matériel de cuisson :

- 1 cercle à tarte de 24 à 26 cm de diamètre
- 1 tourtière de 24 à 26 cm de diamètre
- 1 russe moyenne
  ou
- 1 sauteuse
- 1 couvercle

Matériel de dressage :

- plat rond plat
- papier dentelle

TARTE À L'ORANGE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser 0,250 kg de pâte sucrée *(voir p. 486)*

- L'envelopper et la réserver en enceinte réfrigérée.

3. Confire les rondelles d'orange pour le décor

- Détailler une orange non traitée, soigneusement lavée, en tranches régulières de 4 mm d'épaisseur et ôter les éventuels pépins.
- Les confire très lentement dans un sirop composé de 0,080 kg de sucre et de 0,03 l d'eau.

4. Réaliser l'appareil à l'orange

- Ramollir 0,100 kg de beurre en pommade.
- Porter 0,20 l de crème liquide à ébullition et la réserver.
- Porter 0,40 l de jus d'orange et 0,100 kg de sucre à ébullition.
- Blanchir 3 œufs entiers, 3 jaunes avec 0,050 kg de sucre et ajouter 0,020 kg de poudre à crème.
- Délayer progressivement le mélange avec le sirop à l'orange et porter le tout à ébullition en remuant sans discontinuer à l'aide d'un petit fouet.
- Incorporer la crème bouillante en fin d'épaississement et débarrasser l'appareil.
- Le filmer et le refroidir rapidement.

5. Foncer le cercle avec la pâte sucrée

- Parer la pâte au ras du cercle (ne pas former de crêtes).
- La cuire à blanc avec des pois de cuisson.
- Décercler au 2/3 de la cuisson, dorer puis terminer la cuisson.
- Débarrasser le fond de tarte sur grille et le refroidir.

6. Terminer l'appareil

- Incorporer le beurre en pommade, bien homogénéiser l'appareil sans fouetter exagérément (il risque de relâcher).

7. Garnir le fond de tarte

- Lisser l'appareil soigneusement.
- Disposer les rondelles d'orange confites en rosace.

8. Lustrer la tarte

- La lustrer soigneusement avec 0,100 kg de nappage neutre détendu avec un peu de jus d'orange.

***REMARQUE :** Les rondelles d'orange peuvent être cannelées ou remplacées avantageusement par des segments d'oranges pelées à vif.*

PLATS SIMILAIRES

Tarte aux framboises et aux fruits de la passion

- Réaliser un fond de tarte en pâte sucrée et le cuire à blanc *(voir ci-contre)*.
- Garnir le fond de tarte avec une couche de framboises pépins et de framboises entières très parfumées.
- Finir avec un appareil réalisé comme ci-contre avec de la pulpe de fruits de la passion surgelée.
- Lustrer soigneusement avec du nappage neutre détendu avec un peu de jus de fruits de la passion.
- Décorer en plaçant au centre de la tarte trois demi-fruits de la passion historiés laissant les graines s'écouler, quelques belles framboises et une petite branche de menthe très fraîche.



Tarte à l'orange



TARTE AU CHOCOLAT

Tarte réalisée en pâte sucrée et cuite à blanc, garnie d'une fine couche de framboises pépins et de crème ganache.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Pâte sucrée				
- farine	kg	0,250		
- beurre	kg	0,125		
- sucre glace	kg	0,100		
- sel	kg	PM		
- œuf entier (1 pièce)	kg	0,055		
- eau	l	PM		
- beurre pour le cercle	kg	0,010		
- farine pour abaisser	kg	0,040		
- dorure		PM		
Garniture				
- framboises pépins	kg	0,080		
- ganache (couverture à 64%) *ou*	kg	0,270		
- chocolat pistoles				
- crème liquide	l	0,30		
- trimoline	kg	0,030		
- beurre extra-fin	kg	0,100		
Décor (facultatif)				
- feuille d'or		PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*25 min*	



Tarte au chocolat

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Réaliser la pâte sucrée - 15 min *(voir p. 486)*
- L'envelopper dans un film plastique alimentaire et la laisser se raffermir en enceinte réfrigérée.

3. Foncer le cercle - 10 min *(voir p. 489/490)*
- Le foncer sans crêtes.
- Couper l'excédent de pâte à l'aide d'un couteau ou du rouleau à pâtisserie.

4. Cuire le fond de tarte à blanc - 5 min
- Recouvrir le fond d'une feuille de papier sulfurisé.
- Le garnir de pois de cuisson et le cuire à blanc dans un four à 200 °C durant une vingtaine de minutes.
- Débarrasser les pois aux 3/4 de la cuisson, décercler et dorer les bords extérieurs.
- Finir la cuisson et la coloration.
- Débarrasser la tarte cuite à blanc sur une grille.

5. Réaliser la ganache - 10 min
- Porter dans une grande sauteuse la crème à ébullition.
- Ajouter la trimoline.
- Hors du feu, ajouter le chocolat concassé ou les pistoles.
- Lisser et homogénéiser à l'aide d'une spatule (ne pas fouetter, risque de formation de bulles d'air).
- Ajouter le beurre en parcelles et lisser à nouveau.

6. Garnir la tarte - 5 min
- Masquer le fond avec les framboises pépins.
- La garnir entièrement (à ras bord) avec la ganache encore tiède afin que le dessus soit parfaitement lisse.
- Laisser la tarte au chocolat raffermir dans un endroit frais (et non pas en enceinte réfrigérée).

7. Décorer la tarte (facultatif) - 3 min
- Appliquer à l'aide d'un pinceau fin quelques petits détails de feuilles d'or.

8. Dresser la tarte au chocolat - 2 min
- Disposer la tarte sur un plat rond recouvert d'une feuille de papier dentelle.

REMARQUE : La pâte sucrée peut être additionnée de cacao en poudre, dans ce cas, la tamiser avec la farine et le sucre glace. Un disque de biscuit au cacao sans farine peut être appliqué sur la couche de framboises pépins.

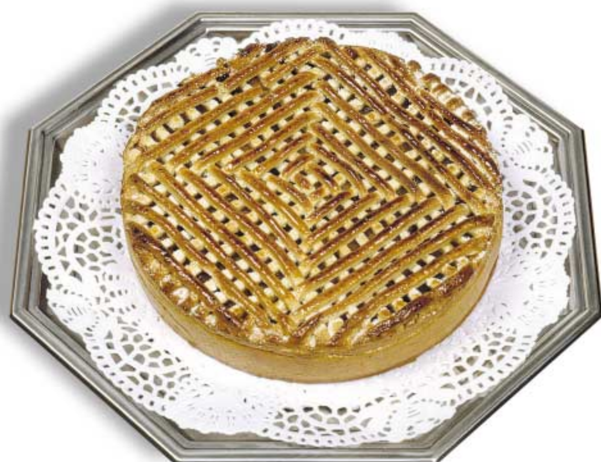
ASSORTIMENT DE TARTES



Tarte feuilletée aux abricots



Tarte feuilletée aux fruits



Tourte aux pommes et aux raisins à l'ancienne



Tarte feuilletée aux fraises



Tarte fine aux pommes, glace à la cannelle



Tarte et tartelettes au chocolat



PITHIVIERS

Pâtisserie traditionnelle du Gâtinais composée de crème d'amandes fourrée entre deux abaisses rondes de pâte feuilletée au beurre. En plaçant un petit sujet en porcelaine à l'intérieur (fève), le pithiviers non festonné devient la délicieuse galette des rois de toute la moitié nord de la France

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Pâte feuilletée				
- farine	kg	0,300		
- sel fin	kg	0,006		
- beurre fondu refroidi	kg	0,030		
- vinaigre blanc (facultatif)	l	PM		
- eau	l	0,15		
- beurre sec pour feuilletage	kg	0,225		
- farine (pour tourer)	kg	0,040		
Dorure				
- œuf entier (1 pièce)	kg	0,055		
Crème d'amandes				
- beurre	kg	0,100		
- sucre semoule	kg	0,100		
- œufs entiers* (2 pièces)	kg	0,100		
- amandes en poudre	kg	0,100		
- vanille (extrait liquide)	l	PM		
- rhum ambré ou vieux	l	0,02		
- crème pâtissière (facultatif)	kg	0,100		
Finition (glaçage)				
- sucre glace	kg	0,020		
ou				
- sirop à 1.2624 D ou 30° Baumé	l	0,02		
** Si la crème pâtissière est utilisée, les œufs entiers de la crème d'amandes sont remplacés par des jaunes (0,080 kg).*				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 25 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			***40 à 45 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Amener le feuilletage à 6 tours - 40 min *(voir p. 494/498)*

3. Confectionner la crème d'amandes - 10 min *(voir p. 557/558)*
- Travailler le beurre en pommade dans une calotte en acier inoxydable à l'aide d'un petit fouet.
- Verser le sucre semoule et «crémer» le mélange.
- Ajouter les œufs un par un (ou uniquement les jaunes*), puis la poudre d'amandes.
- Parfumer avec quelques gouttes d'extrait de vanille et un peu de rhum (il est d'usage d'ajouter un peu de crème pâtissière dans la crème d'amandes).
- Corner la calotte, filmer et réserver.

4. Confectionner le pithiviers - 25 min
- Diviser le pâton en 2 parties *(voir p. 503).*
- Arrondir les angles et abaisser la pâte à l'aide d'un rouleau afin d'obtenir deux abaisses rondes, une de 24 cm de diamètre, l'autre de 25 cm et de 3 à 4 mm d'épaisseur.
- Retourner la première abaisse et éliminer l'excédent de farine à l'aide d'une brosse.
- La déposer sur une plaque à pâtisserie humide.
- Marquer l'emplacement de la crème d'amandes à l'aide d'un emporte-pièce à vol-au-vent de 16 cm de diamètre.
- Dorer ou humidifier le pourtour à l'aide d'un pinceau.
- Etaler régulièrement la crème d'amandes à l'intérieur de la marque à l'aide d'une poche munie d'une douille unie.
- Recouvrir la première abaisse masquée de crème d'amandes avec la deuxième abaisse de pâte.
- Bien faire adhérer et souder les bords en appuyant légèrement avec les doigts.
- Egaliser la forme à l'aide d'un emporte-pièce à vol-au-vent et laisser le pithiviers se raffermir en enceinte réfrigérée pendant 30 min au minimum.
- Festonner le pourtour à l'aide d'un emporte-pièce cannelé ou chiqueter les bords.
- Dorer soigneusement à l'œuf sans faire couler de dorure sur les bords.
- Ménager une petite ouverture au centre du pithiviers afin de laisser s'échapper la vapeur.
- Rayer en rosace à l'aide d'un couteau d'office et réserver à nouveau le pithiviers au frais.

5. Marquer le pithiviers en cuisson - 3 min
- Dorer une deuxième fois.
- Cuire le pithiviers au four à 230/240 °C jusqu'au début de la coloration puis réduire la température à 200/210 °C et terminer la cuisson (35 à 40 min).
- Glacer le pithiviers en le saupoudrant de sucre glace 5 min avant de le retirer du four, ou en passant du sirop à 30° Baumé ou 1.2624 D à l'aide d'un pinceau.
- Laisser tiédir sur grille.

6. Dresser le pithiviers - 2 min
- Dresser le pithiviers encore tiède sur un grand plat rond recouvert de papier dentelle.

__REMARQUE :__ Les pâtisseries à base de pâte feuilletée sont toujours cuites dans le moment le plus rapproché du service afin qu'elles soient encore tièdes et croustillantes. En aucun cas elles ne doivent être réservées en enceinte réfrigérée après la cuisson, le beurre durcit, la pâtisserie devient grasse, lourde et perd son croustillant.



Pithiviers

Matériel de préparation :

- 1 tamis à farine
- 1 brosse à farine
- 1 corne ou 1 coupe-pâte
- 1 emporte-pièce à vol-au-vent
- 1 grille à pâtisserie
- 1 calotte moyenne

Matériel de cuisson :

- 1 plaque à pâtisserie
  ou
- 1 grande tourtière

Matériel de dressage :

- grand plat rond plat
- carton à entremets
- papier dentelle

JALOUSIE À LA CRÈME D'AMANDES

1. Mettre en place le poste de travail

2. Détailler une plaque de feuilletage au beurre surgelée en deux rectangles, un de 40 cm de longueur sur 12 cm de largeur, un autre de 40 cm sur 13 cm qui formera le dessus

3. Réaliser la crème d'amandes selon les proportions ci-contre, lui ajouter 0,100 kg de crème pâtissière.

4. Réaliser le montage de la jalousie à la crème d'amandes

- Dérouler le rectangle de pâte feuilletée le moins large sur la plaque de cuisson humidifiée.
- Dorer soigneusement les bords à l'aide d'un pinceau.
- Coucher la crème «frangipane» au centre de l'abaisse à l'aide d'une poche munie d'une grosse douille ronde unie.
- Plier la deuxième abaisse en deux dans le sens de la longueur.
- Inciser (entailler) régulièrement tous les 5 mm la partie de la pliure sur 3 cm de largeur à l'aide du talon d'un gros couteau éminceur de manière à imiter une jalousie.
- Appliquer l'abaisse incisée sur la première sans la déformer.
- Bien souder les bords, parer la pâte si nécessaire.
- Chiqueter, dorer et «bloquer» au froid durant une vingtaine de minutes.

5. Cuire la jalousie à la crème d'amandes

- Dorer à nouveau puis cuire au four à 220/230 °C durant 35 à 40 min.
- Glacer au sucre glace ou au sirop quelques minutes avant la fin de la cuisson.

6. Dresser la jalousie à la crème d'amandes

- Dresser encore tiède sur un plat long recouvert de papier dentelle.

PLATS SIMILAIRES

Pithiviers aux poires

- Réaliser un pithiviers comme ci-contre.
- Disposer sur la crème d'amandes additionnée de crème pâtissière des demi-poires au sirop émincées.
- Recouvrir avec l'abaisse de pâte feuilletée.
- Dorer, festonner, rayer en soleil. Dorer à nouveau, cuire et glacer au sirop.

Pithiviers aux cerises noires de Sologne

- Idem ci-dessus. Remplacer les poires par 0,200 kg de cerises noires au sirop dénoyautées.

Dartois aux pommes

- Comme Jalousie à la crème d'amandes. Ajouter des quartiers de pommes sautées au beurre et flambées au calvados.

Feuilleté aux fraises

- Détailler des rectangles de feuilletage au beurre surgelé de 12 cm à 14 cm sur 6 cm.
- Les dorer et les cuire au four sur du papier cuisson à 220/230 °C durant une dizaine de minutes.
- Les glacer au sucre glace ou au sirop à 1.2624 D en fin de cuisson.
- Les partager en deux et les garnir de crème pâtissière collée et allégée avec un peu de crème fouettée et de meringue italienne et de fraises très parfumées.
- Dresser sur assiettes avec coulis de fraises, fraises historiées et feuilles de menthe.



Feuilleté aux fraises



MILLE-FEUILLE

Pâtisserie parisienne attribuée à Carême, composée d'une superposition d'abaisses de feuilletage au beurre et de crème pâtissière. Le dessus peut être recouvert de sucre glace ou masqué d'une couche fine de fondant blanc marbré au café ou au chocolat.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Pâte feuilletée				
- farine	kg	0,250		
- sel fin	kg	0,005		
- beurre fondu refroidi	kg	0,0250		
- eau	l	0,125		
- beurre sec pour feuilletage	kg	0,180		
- farine (pour tourer)	kg	0,040		
Dorure				
- œuf entier (1 pièce)	kg	0,055		
Finition				
- sucre glace non amylacé	kg	0,020		
Crème pâtissière*				
- lait	l	1/2		
- œufs (jaunes, 3 pièces)	kg	0,060		
- sucre semoule	kg	0,100		
- poudre à crème	kg	0,040		
- vanille	gousse	1/2		
- alcool ou liqueur	l	0,02		
- beurre pour tamponner	kg	0,010		
Finition (glaçage)				
- sucre glace *ou*	kg	0,040		
- fondant	kg	0,300		
- sirop à 1.2624 D	l	PM		
- chocolat couverture ou	kg	0,040		
- café (extrait liquide)	l	PM		
** Les dérivés allégés de la crème pâtissière peuvent être utilisés (crème, diplomate, mousseline, Chiboust, ...).*				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 40 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			10 à 15 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.
- Peser et mesurer les denrées.

2. Confectionner la pâte feuilletée - 30 min *(voir p. 494/499)*

3. Confectionner la crème pâtissière - 5 min
- Blanchir les jaunes d'œufs avec le sucre puis ajouter la poudre à crème.
- Verser progressivement le lait bouillant et vanillé sur l'appareil et mélanger à l'aide d'un petit fouet.
- Remettre le mélange dans la russe et cuire la crème pâtissière pendant quelques minutes.
- La débarrasser, la tamponner, la filmer et la réserver.

4. Confectionner l'abaisse du mille-feuille - 10 min
- Abaisser la pâte feuilletée d'une épaisseur de 3 mm et aux dimensions d'une plaque à pâtisserie.
- Soulever rapidement la pâte en la faisant retomber pour éviter le rétrécissement à la cuisson.
- La piquer à l'aide «d'un pique-vite» puis déposer l'abaisse retournée sur une plaque humidifiée à l'aide d'un rouleau à pâtisserie.
- Eliminer l'excédent de farine à l'aide d'une brosse et parer l'abaisse en passant le rouleau sur les bords de la plaque.

5. Marquer l'abaisse de feuilletage en cuisson - 5 min
- Cuire au four à 220/230 °C durant 10 à 15 min.
- Saupoudrer de sucre glace à mi-cuisson.
- Débarrasser l'abaisse sur une grille à pâtisserie et la découper encore chaude en trois parties égales dans le sens de la longueur à l'aide d'un couteau-scie.

6. Réaliser le montage du mille-feuille - 15 min *(voir p. 504)*
- Détendre la crème pâtissière avec l'alcool ou la liqueur.
- Déposer la première bande de feuilletage sur le marbre et la masquer régulièrement avec une couche de crème pâtissière.
- Appliquer la deuxième bande et masquer à nouveau de crème pâtissière.
- Retourner la troisième puis l'appliquer sur la deuxième, égaliser délicatement l'épaisseur en appuyant légèrement sur le mille-feuille.

7. Glacer ou marbrer le mille-feuille - 10 min
- Saupoudrer uniformément de sucre glace ou
- Masquer soigneusement le dessus du mille-feuille avec le fondant à 35 °C.
- Rayer de 5 à 7 liserés parallèles de chocolat fondu ou de fondant coloré au café, à l'aide d'un cornet.
- Marbrer le mille-feuille en tirant transversalement le fondant à l'aide de la pointe d'un couteau d'office humide.

8. Dresser le mille-feuille - 5 min
- Parer délicatement les extrémités du mille-feuille.
- Le dresser sur un grand plat rond recouvert d'un papier dentelle.

REMARQUE :
- *Il est possible de lustrer légèrement le mille-feuille avec du nappage bouillant avant d'appliquer le fondant.*



Mille-feuille

Matériel de préparation :

- 1 tamis à farine
- 1 corne ou 1 coupe-pâte
- 2 calottes moyennes
- 1 grille à pâtisserie
- 1 plaque à débarrasser
- 1 rouleau à pâtisserie
- 1 brosse à farine
- 1 ramequin
- 1 règle métallique

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne
- 1 plaque à pâtisserie 60/40
- 1 sauteuse moyenne

Matériel de dressage :

- grand plat long ou torpilleur ou plateau à pâtisserie
- papier dentelle

MILLE-FEUILLE ROND AU COINTREAU

1. Mettre en place le poste de travail

2. Détailler trois abaisses de 22 à 24 cm de diamètre dans une plaque de feuilletage surgelée

- Les piquer, les retourner et ôter l'excédent de farine.

3. Cuire les disques de pâte au four

- Les cuire à 220/230 °C sur une plaque humidifiée.
- Placer en début de cuisson une feuille de papier siliconé et une grille à pâtisserie afin de régulariser le développement.
- Sucrer aux 2/3 de la cuisson puis débarrasser les disques sur une grille à pâtisserie.

4. Réaliser la crème Diplomate au Cointreau

- Réaliser 1/2 l de crème pâtissière à la poudre à crème et lui incorporer trois feuilles de gélatine trempées au préalable.
- Monter 1/4 l de crème fouettée sans la sucrer.
- Parfumer la crème pâtissière avec 0,02 l de Cointreau.
- Incorporer délicatement la crème fouettée à la crème pâtissière refroidie.

5. Réaliser le montage du mille-feuille

- Terminer en plaçant le dernir disque à l'envers de manière à obtenir un dessus très plat.
- Egaliser en «tassant» sans excès à l'aide d'une petite plaque ou d'une petite grille.
- Réserver le mille-feuile en enceinte réfrigérée.

6. Mettre en place les éléments de finition et de décor

- Griller sans excès 0,120 kg d'amandes concassées ou effilées.
- Porter 0,100 kg de nappage blond à ébullition.
- Mettre au point 0,250 kg de fondant blanc, le détendre si nécessaire avec du sirop à 1.2624 D.
- Prélever un peu de fondant et le parfumer au café ou au chocolat.

7. Terminer le montage du mille-feuille et le marbrer

- Abricoter le dessus du mille-feuille et le masquer uniformément avec le fondant puis le marbrer *(voir p. 504).*
- Masquer le pourtour avec les amandes grillées.

PLATS SIMILAIRES

Mille-feuille au chocolat

- Réaliser la détrempe de la pâte feuilletée en tamisant la farine avec 0,040 kg de cacao en poudre.
- Garnir avec une crème mousseline au chocolat et quelques griottes.

Mille-feuille individuel caramélisé aux pruneaux et à l'orange

- Détailler 16 abaisses rondes de feuilletage au beurre de 8 cm de diamètre.
- Les dorer et en parsemer 8 d'amandes concassées.
- Saupoudrer généreusement de sucre glace non amylacé durant la cuisson afin d'obtenir un aspect caramélisé, brillant et croustillant.
- Garnir entre deux disques de feuilletage avec une mousse aux pruneaux en utilisant une poche munie d'une douille à Chantilly.
- Dresser sur assiette avec un coulis d'oranges.
- Disposer tout autour et en les intercalant, des segments d'oranges et de pruneaux pochés dans un sirop au vin rouge parfumé à l'orange.
- Décorer avec des zestes d'orange confits avec un peu de sirop à la grenadine.

Mille-feuille glacé jour et nuit

- Garnir le mille-feuille à la commande de glace à la vanille et de glace au chocolat.
- Masquer avec une couche régulière de crème Chantilly.
- Décorer avec des copeaux de chocolat.



Mille-feuille rond au Cointreau



SAVARIN CHANTILLY

Pâtisserie à base d'une pâte levée rendue particulièrement souple et alvéolée grâce à l'utilisation de levure de boulanger. Le savarin tire ses origines du baba polonais que le roi Stanislas Leszczynski arrosait copieusement de rhum. Il est garni de crème Chantilly et servi le plus souvent avec une «macédoine de fruits».

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Pâte à savarin				
- farine type 45	kg	0,200		
- levure de bière	kg	0,010		
- eau	l	0,08		
- sel fin	kg	0,004		
- sucre semoule	kg	0,020		
- œufs entiers (2 pièces)	kg	0,110		
- beurre	kg	0,080 à 0,100		
- beurre (pour le moule)	kg	0,020		
Sirop à 1.1247 D ou 16 B				
- eau	l	0,40		
- sucre semoule	kg	0,250		
- zeste d'orange ou de citron	kg	PM		
- vanille	gousse	1/2		
- rhum ou kirsch (selon la garniture)	l	0,10		
Finition				
- nappage abricot	kg	0,140		
Crème Chantilly				
- crème liquide	l	0,40		
- sucre glace	kg	0,040		
- vanille (extrait liquide)	l	PM		
Décor				
- bigarreaux confits	kg	0,020		
- angélique	kg	0,020		
- grains de mimosa	kg	0,010		
- violettes	kg	0,010		
- amandes effilées	kg	0,010		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 20 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			25 à 30 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la pâte à savarin - 30 min *(voir p. 528/531)*
- Tamiser la farine dans une calotte en inox.
- La mettre en fontaine.
- Délayer la levure de bière avec un peu d'eau tiède.
- Disposer dans la fontaine les œufs battus et tempérés, puis la levure.
- Placer le sucre et le sel sur la farine à l'extérieur de la fontaine.
- Délayer du bout des doigts la farine, l'eau, la levure et les œufs.
- Incorporer d'un mouvement plus rapide de la main des quantités plus importantes de farine.
- Battre vigoureusement la pâte contre la paroi de la calotte en soulevant le mélange dans la masse.
- Donner le plus de corps possible à la pâte, elle doit se détacher de la calotte et ne plus adhérer à la main.
- Rassembler la pâte au centre de la calotte à l'aide d'une corne.
- Ajouter le beurre ramolli et découpé en parcelles.
- Couvrir la calotte avec un linge humide et laisser pointer la pâte dans un endroit plus tiède pendant une trentaine de minutes.

3. Confectionner le sirop - 5 min *(voir p. 578)*
- Réunir dans une russe l'eau, le sucre, les zestes d'orange ou de citron et la demi-gousse de vanille.
- Porter à ébullition durant quelques minutes.
- Ecumer si nécessaire et réserver le sirop au chaud.

4. Beurrer copieusement le moule à savarin - 2 min

5. Terminer la pâte à savarin - 10 min
- Incorporer le beurre et travailler à nouveau afin de lui redonner du corps.
- Emplir le moule au tiers de sa hauteur et laisser pointer à nouveau dans un endroit tiède.

6. Confectionner la crème Chantilly - 10 min *(voir p. 541/543)*
- La réserver au frais.

7. Marquer le savarin en cuisson - 3 min
- Cuire le savarin au four à 200 °C pendant 25 à 30 min environ.

8. Chauffer le nappage abricot - 5 min
- Dans une petite sauteuse, le détendre avec un peu de sirop si nécessaire.

9. Imbiber le savarin* - 5 min *(voir p. 531)*
- S'assurer de sa cuisson, puis le démouler sur la grille d'une candissoire.
- Parfumer le sirop avec les 2/3 du rhum.
- Imbiber le savarin avec le sirop au rhum à l'aide d'une petite louche.
- Répéter plusieurs fois l'action afin d'imprégner correctement le savarin.
- Imbiber en dernier avec le reste du rhum pur.

10. Abricoter le savarin - 5 min
- Avec le nappage bouillant, à l'aide d'un pinceau.

11. Dresser le savarin - 5 min
- Glisser délicatement le savarin dans le plat de service.
- Le garnir avec la crème Chantilly à l'aide d'une poche munie d'une douille cannelée.
- Décorer harmonieusement avec des fruits confits, des amandes effilées, des violettes ou des grains de mimosa.

__REMARQUE :__ Un sirop trop concentré pénètre mal les savarins. Un sirop trop léger les traverse rapidement et les savarins sèchent très vite. Utiliser un sirop chaud pour les savarins froids ou rassis, un sirop tiède pour les savarins frais ou encore chauds.



Savarin Chantilly

Matériel de préparation :

- 2 grandes calottes
- 1 corne
- 1 candissoire
- 1 petit pochon
- 1 tamis
- 1 spatule en exoglass
- 1 grille à pâtisserie

Matériel de cuisson :

- 1 grand moule à savarin (couronne) ou
- 2 petits de 12 à 14 cm de diamètre
- 1 petite sauteuse
- 1 russe moyenne pour le sirop

Matériel de dressage :

- grand plat rond légèrement creux

KUGELHOPF

Proche de la pâte à baba dans sa composition, ce gâteau alsacien se consomme «sec», non imbibé.

1. Confectionner un levain

- Dans une calotte travailler 0,100 kg de farine avec 0,010 kg de levure, une prise de sucre et 0,05 l de lait tiédi.
- Laisser gonfler 1 heure à couvert à température ambiante.

2. Confectionner la pâte

- Réunir 0,150 kg de farine, 0,005 kg de sel, 0,025 kg de sucre, 4 œufs et un peu de lait.
- Pétrir pour donner du «corps».
- Incorporer le levain (qui a doublé de volume).
- Une fois la pâte souple, lorsqu'elle se décolle facilement des parois de la calotte, ajouter 0,100 kg de beurre en pommade.
- L'incorporer et laisser pousser pendant 2 h.

3. Terminer la pâte

- Rompre la pâte et y ajouter 0,100 kg de raisins secs gonflés à l'eau et égouttés.

4. Chemiser le moule à kugelhopf

- Beurrer le moule en terre vernissée ou en cuivre.
- Garnir les aspérités d'amandes entières non mondées.

5. Emplir le moule

- Garnir le moule à mi-hauteur avec la pâte et laisser pousser à 22 °C environ.

6. Cuire le kugelhopf

- Enfourner à 180 °C pendant 45 min.
- Démouler dès sa sortie du four.

7. Dresser le kugelhopf

- Saupoudrer le kugelhopf de sucre glace.
- Le poser dans un plat rond recouvert de papier dentelle.

PLATS SIMILAIRES

Savarin à la crème

- Remplacer la crème Chantilly par de la crème Chiboust ou de la crème pâtissière additionnée de meringue italienne.
- Saupoudrer au sucre glace et glacer au fer.

Baba au rhum

- Pâte à savarin additionnée de raisins secs réhydratés et cuits dans des moules spéciaux (grosses darioles ou bouchons).
- Imbiber au sirop parfumé impérativement au rhum et abricoter.

Marignan

- Savarin cuit dans un moule ovale imbibé au sirop parfumé au rhum puis abricoté.
- Inciser en diagonale et garnir de crème pâtissière allégée ou de crème Chantilly.

Savarin aux fruits exotiques

- Savarin en couronne imbibé au sirop parfumé au jus de fruits (passion ou orange) ou au kirsch ou au rhum.
- Présenter avec une salade de fruits exotiques.

Pomponnettes (petits fours frais pour cocktail)

- Mini-savarins cuits dans des petits moules ronds à «côtés».
- Garnir selon l'appellation et décorer avec de la crème Chantilly.



Savarin belle fruitière



ENTREMETS FAÇON TIRAMISU

Entremets d'origine italienne à base de fromage (mascarpone), d'appareil à bombe et de crème fouettée. Le Tiramisu est servi avec une crème anglaise parfumée au café.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Génoise				
- œufs entiers (3 pièces)	kg	0,170		
- sucre semoule	kg	0,100		
- farine	kg	0,100		
Chemisage				
- beurre	kg	0,020		
- farine	kg	0,020		
Sirop de punchage				
- eau	l	0,10		
- sucre	kg	0,080		
- café lyophilisé	kg	0,010		
- amareto	l	0,02		
- cannelle	kg	PM		
Appareil à bombe				
- œufs (4 jaunes)	kg	0,080		
- sucre morceaux	kg	0,050		
- eau	l	0,02		
Crème fouettée				
- crème liquide	l	0,40		
- sucre semoule	kg	0,040		
Lait collé				
- lait	l	0,08		
- gélatine (4 feuilles)	kg	0,008		
- mascarpone	kg	0,400		
Crème anglaise				
- lait	l	1/2		
- œufs (4 jaunes)	kg	0,080		
- sucre semoule	kg	0,100		
- café (extrait liquide)	l	PM		
- café lyophilisé	kg	0,010		
Finition				
- cacao en poudre	kg	0,010		
- grains de café liqueur	pièce	8		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 30 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Contrôler, peser et mesurer les denrées.

2. Réaliser la génoise - 20 min *(voir p. 514)*
- La réaliser dans un cercle à entremets de 22 cm de diamètre.

3. Réaliser le sirop de punchage à 1.2624 D (30 °B) - 3 min
- Faire bouillir l'eau avec le sucre.
- Ajouter le café lyophilisé puis l'amareto après refroidissement.

4. Réaliser l'appareil à bombe - 10 min
- Cuire le sucre à 120 °C *(observer les précautions citées p. 581).*
- Clarifier les œufs et déposer les jaunes dans la cuve d'un petit batteur mélangeur.
- Verser petit à petit le sucre cuit sur les jaunes en évitant de la verser sur les branches du fouet.
- Fouetter l'appareil jusqu'à son complet refroidissement.

5. Coller le lait - 2 min
- Tremper la gélatine dans de l'eau froide.
- Chauffer le lait à 65/70 °C.
- Eponger soigneusement la gélatine et l'incorporer dans le lait chaud.

6. Monter la crème chantilly - 5 min *(voir p. 541)*
- La sucrer et ne pas trop la serrer (la monter aux 9/10ème).

7. Réaliser l'assemblage - 10 min
- Placer le mascarpone dans une grande calotte.
- Incorporer progressivement le lait collé et refroidi.
- Lisser au fouet.
- Incorporer délicatement l'appareil à bombe puis la crème fouettée.
- Soulever délicatement l'appareil pour ne pas le faire retomber.
- Prélever un peu d'appareil pour le décor final et le réserver en enceinte réfrigérée.

8. Réaliser le montage en cercle à entremets - 10 min
- Détailler transversalement la génoise en trois disques de même épaisseur.
- Placer un carton au fond du cercle à entremets.
- Placer un disque de génoise au fond du cercle.
- Puncher avec le sirop.
- Verser un tiers de l'appareil, lisser puis appliquer le deuxième disque de génoise.
- Puncher copieusement, ajouter le 2ème tiers de l'appareil, lisser à nouveau et appliquer le 3ème disque de génoise, puncher copieusement à nouveau et terminer de remplir le cercle avec le reste de l'appareil.
- Lisser soigneusement.
- Décorer le dessus de l'entremets avec l'appareil réservé à cet effet à l'aide d'une poche munie d'une douille.
- Réserver en enceinte réfrigérée.

9. Réaliser la crème anglaise - 15 min *(voir p. 544/546)*
- La parfumer au café (extrait liquide et lyophilisé).

10. Dresser l'entremets - 2 min
- Le saupoudrer sans excès avec le cacao puis le disposer sur un plat rond recouvert d'un papier dentelle.
- Appliquer les grains de café liqueur pour déterminer les portions.
- Dresser la crème anglaise au café à part en saucière.



Tiramisu

Matériel de préparation :

- 1 batteur mélangeur avec 2 cuves
- 1 fouet à blancs
- 1 grande calotte
- 2 petites calottes
- 1 plaque à débarrasser

Matériel de cuisson :

- cercle à entremets de 22 cm de diamètre
- 1 petite sauteuse
- 1 poêlon à sucre
- 1 thermomètre à sucre

Matériel de dressage :

- saucière, dessous de saucière, papier dentelle
- assiettes de base ou à entremets

COURONNE AU FROMAGE BLANC ET AUX FRUITS FRAIS

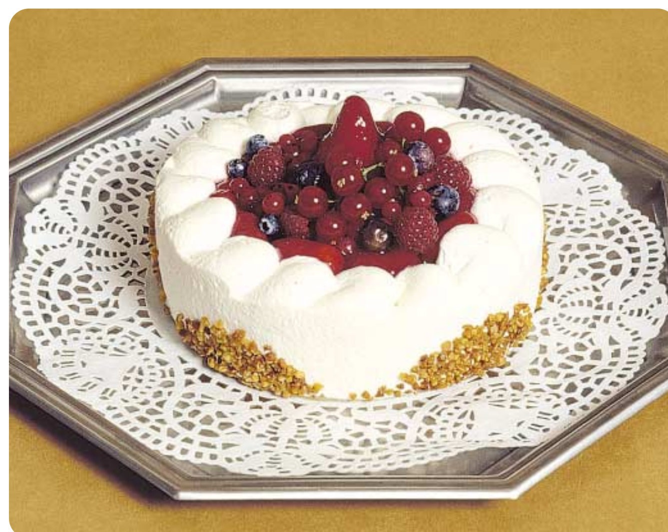
1. Réaliser la crème au fromage blanc *(selon les proportions page suivante : «Entremets au fromage blanc et aux fruits rouges»)*

- La mouler dans une couronne à savarin ou à trois frères de 22 cm de diamètre.
- Raffermir à - 18 °C.
- Détailler un disque de 22 cm dans une feuille de génoise.
- La déposer sur un carton à entremets et la puncher avec un sirop parfumé avec une liqueur à base d'oranges.
- Masquer le disque de génoise avec de la framboise pépins
- Démouler la couronne de crème sur le disque de génoise.
- Masquer d'une couche fine et régulière de crème Chantilly.
- Décorer le dessus «en soleil» en partant de l'extérieur vers l'intérieur en utilisant une poche munie d'une douille à Saint-Honoré.
- Masquer le pourtour sur 3 cm de hauteur avec des amandes concassées craquelées.
- Garnir le centre de l'entremets avec une salade de fruits macérés au sucre et au Grand Marnier (cerises, fraises, framboises, segments d'oranges, kiwis, grappes de groseilles).
- Lustrer les fruits du dessus avec du nappage neutre.

PLATS SIMILAIRES

Tarte au fromage blanc

- Tarte haute (4 cm minimum) foncée avec une abaisse de pâte brisée sucrée.
- Garnir avec un appareil composé de fromage blanc, de crème, de sucre, de jaunes d'œufs, de fécule ou de farine. Il est additionné de blancs d'œufs montés en neige et parfumé au citron.
- La tarte est cuite dans un four doux durant une quarantaine de minutes.
- Elle peut être parsemée de raisins secs macérés dans du kirsch.



Couronne au fromage blanc et aux fruits frais



ENTREMETS AU FROMAGE BLANC ET AUX FRUITS ROUGES

Entremets d'une très grande finesse réalisé à partir d'une crème au fromage blanc additionnée de Chantilly et garni de fruits rouges.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Disques de génoise				
- génoise en plaque	plaque	1		
- bande de biscuits à la cuillère de 6 cm de hauteur (kit charlotte)	cm	70		
Sirop de punchage				
(sirop à 1.2624 D (30 °B))				
- sucre semoule	kg	0,080		
- eau	l	0,06		
- zeste de citron	kg	PM		
- liqueur à base d'orange	l	0,04		
Garniture (fruits rouges[1])				
- fraises (petites)	kg	0,200		
- framboises	kg	0,200		
- myrtilles	kg	0,100		
- mûres	kg	0,100		
- cassis	kg	0,050		
- groseilles en grappes	kg	0,050		
- sucre semoule	kg	0,040		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
- liqueur à base d'orange	l	0,04		
Crème au fromage blanc				
- fromage blanc à 30 % de M.G.	kg	0,400		
- pâte à bombe collée[2]				
- œufs (4 jaunes)	kg	0,080		
- sucre semoule	kg	0,160		
- eau	l	0,06		
- gélatine (5 feuilles)	kg	0,010		
Crème Chantillly				
- crème liquide	l	0,50		
- sucre semoule ou glace	kg	0,040		
- vanille (extrait liquide)	l	PM		
Meringue italienne (facultatif)	kg	0,100		
Finition (crème Chantilly)				
- crème liquide	l	0,25		
- sucre glace	kg	0,020		
- vanillle (extrait liquide)	l	PM		
Décor				
- fruits rouges (prélevés sur la garniture[1])	kg	0,100		
- nappage neutre	kg	0,050		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 15 min	



Entremets au fromage blanc et aux fruits rouges

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Mettre la gélatine à tremper - 2 min

3. Préparer les fruits rouges - 5 min
- Les laver délicatement, équeuter les fraises et les égoutter soigneusement sur du papier absorbant.
- Les mettre à macérer avec le sucre, la liqueur et le jus d'un demi-citron, filmer et réserver en enceinte réfrigérée.

4. Réaliser la pâte à bombe collée - 20 min
- Cuire le sucre à 120 °C avec le tiers de son poids en eau.
- Verser progressivement le sucre sur les jaunes d'œufs en fouettant vigoureusement et en évitant de les coaguler.
- Passer le mélange au chinois étamine dans la cuve d'un petit batteur mélangeur.
- Incorporer la gélatine soigneusement égouttée.
- Monter l'appareil en grande vitesse jusqu'à son complet refroidissement.

5. Terminer la crème au fromage blanc - 10 min
- Lisser le fromage blanc et l'incorporer délicatement à la pâte à bombe collée.
- Monter la crème Chantilly et réserver en enceinte réfrigérée le tiers pour le décor.
- La monter aux 9/10ème du foisonnement (ne pas trop la serrer).
- L'incorporer à l'appareil à l'aide d'une spatule ou d'une petite écumoire.
- Soulever délicatement l'appareil en tournant la cuve à chaque coup de spatule ou d'écumoire pour ne pas le faire retomber.
- Corner, filmer et réserver.

6. Réaliser le sirop de punchage - 3 min
- Le parfumer avec la liqueur.

7. Monter l'entremets en cercle - 20 min
- Détailler trois disques de 20 cm de diamètre dans la plaque de génoise.
- Placer un cercle de 6 cm de hauteur et de 22 cm de diamètre sur un carton à entremets.
- Le chemiser avec une bande de biscuits à la cuillère coupée juste à hauteur.
- Placer un disque de génoise au fond du cercle et le puncher avec le sirop.
- Verser une couche régulière de 2 cm d'épaisseur de crème au fromage blanc.
- Recouvrir d'une couche de fruits rouges macérés.
- Appliquer un deuxième disque de génoise et le puncher.
- Verser une autre couche de crème et recouvrir à nouveau d'une autre couche de fruits rouges (en réserver 0,100 kg pour le décor[1]).
- Terminer par un disque de génoise, le puncher et masquer le dessus avec le reste de la crème au fromage blanc.
- Filmer et réserver l'entremets en enceinte réfrigérée durant 2 heures au minimum.

8. Terminer et dresser l'entremets - 10 min
- Décercler et décorer le dessus de l'entremets avec la crème Chantilly réservée.
- La serrer et former un «soleil» à l'aide d'une poche munie d'une douille à Saint-Honoré.
- Commencer de l'extérieur vers l'intérieur.
- Ménager un petit espace de 6 cm au centre de l'entremets pour y placer les fruits rouges réservés pour le décor.
- Disposer harmonieusement les fruits et les lustrer avec le nappage neutre.
- Placer l'entremets sur un grand plat rond recouvert d'une feuille de papier dentelle.

REMARQUES :

•[1] L'entremets peut être servi avec un coulis de fraises ou de framboises.

•[2] Il est possible de réaliser la pâte à bombe sur les bases d'un volume de jaunes d'œufs pour deux volumes de sirop à 1.2624 D (30 °B) à 50 °C et de le pocher au bain-marie (voir «gratins de fruits»).

OPÉRA

Entremets à base de biscuit joconde punché au café et garni par couches successives de crème au beurre au café et de ganache. Le dessus est masqué de pâte à glacer. La décoration peut comporter quelques parcelles de feuilles d'or.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Biscuit joconde				
- œufs entiers (3 pièces)	kg	0,165		
- sucre semoule	kg	0,115		
- amandes en poudre	kg	0,115		
- œufs (3 blancs)	kg	0,100		
- sel fin	kg	PM		
- sucre semoule	kg	0,020		
Sirop de punchage				
- eau	l	0,10		
- sucre	kg	0,070		
- café lyophilisé ou café expresso très fort	kg	0,010		
- rhum ambré	l	0,04		
Crème au beurre au café				
- œufs (4 jaunes)	kg	0,080		
- sucre semoule	kg	0,150		
- beurre extra-fin	kg	0,175		
- vanille (extrait liquide)	l	PM		
- café (extrait liquide)	l	PM		
Ganache				
- crème liquide	l	0,20		
- couverture ou chocolat pistoles	kg	0,200		
- beurre (facultatif)	kg	0,020		
Finition				
- pâte à glacer	kg	0,100		
Décor (facultatif)				
- feuille d'or	kg	0,001		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*1 h 25 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*10 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.
- Peser et mesurer les denrées.

2. Réaliser le biscuit joconde - 20 min
- Mélanger le sucre semoule et la poudre d'amande (tant pour tant) dans une grande calotte.
- Ajouter les œufs entiers et monter l'appareil jusqu'à ce qu'il fasse le ruban.
- Monter les blancs d'œufs en neige avec une petite pincée de sel.


Opéra

- Les serrer en fin de montage avec le sucre.
- Ajouter délicatement les blancs d'œufs montés à l'appareil en veillant à ne pas le faire retomber.

3. Cuire le biscuit - 3 min
- Le verser sur une plaque à pâtisserie recouverte d'une feuille de papier cuisson et l'égaliser à l'aide d'une spatule.
- Le cuire au four à 180/200 °C durant 8 à 10 min.
- Sortir du four, glisser le biscuit avec la feuille de cuisson sur le marbre froid et le recouvrir d'un film alimentaire.

4. Réaliser la crème au beurre - 5 min *(voir p. 553)*
- La réaliser au sucre cuit au grand filet avec des jaunes d'œufs uniquement.
- La parfumer au café.

5. Réaliser la crème ganache - 10 min
- Mettre la crème à bouillir dans une sauteuse moyenne.
- Ajouter la couverture hachée ou les pistoles de chocolat.
- Mélanger à l'aide d'un fouet.
- Ajouter le beurre, lisser et laisser refroidir.

6. Réaliser le sirop de punchage au rhum et au café - 3 min
- Mettre l'eau et le sucre à bouillir, ajouter le café lyophilisé et le rhum après refroidissement.

7. Monter l'entremets - 12 min
- Diviser la plaque de biscuit joconde en trois rectangles réguliers.
- Poser le premier sur un carton à entremets.
- Le puncher et le masquer d'une couche de 3 mm d'épaisseur de crème au beurre au café.
- Appliquer le deuxième rectangle de biscuit, le puncher et le masquer d'une couche régulière de crème ganache.
- Appliquer la 3ème abaisse de biscuit et la masquer de crème au beurre au café.
- Raffermir le montage en enceinte réfrigérée.

8. Glacer l'entremets et le décorer - 5 min
- Le sortir de l'enceinte réfrigérée à l'avance afin de le tempérer pour éviter au glaçage de «bloquer».
- Tiédir la pâte à glacer, l'amener lentement à 35 °C.
- Glacer uniformément l'entremets.
- Parer à l'aide d'un couteau-scie trempé dans de l'eau chaude.
- Inscrire «Opéra» à l'aide d'un cornet et de pâte à glacer.
- Répartir facultativement quelques petits détails de feuilles d'or.

9. Dresser l'Opéra
- Le dresser sur un grand plat rectangulaire recouvert d'une feuille de papier dentelle.



ENTREMETS FAÇON FORÊT NOIRE

Entremets à base d'un appareil à biscuit ou d'une génoise au cacao, garni d'une crème légère au chocolat, de cerises à l'eau de vie et décoré de crème Chantilly et de copeaux au chocolat.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Génoise				
- œufs entiers (4 pièces)	kg	0,220		
- sucre semoule	kg	0,125		
- farine	kg	0,100		
- cacao en poudre	kg	0,025		
Chemisage				
- beurre	kg	0,020		
- farine	kg	0,020		
Sirop de punchage				
- eau	l	0,10		
- sucre	kg	0,070		
- cacao en poudre	kg	0,010		
ou				
- liqueur à base d'oranges	l	0,04		
Crème fouettée au chocolat				
- crème liquide	l	0,40		
- couverture	kg	0,200		
Garniture				
- griottines ou cerises dénoyautées à l'eau-de-vie	kg	0,160		
Copeaux				
- couverture	kg	0,160		
ou				
- couverture	kg	0,140		
- huile de noix ou de noisettes ou d'amandes *(1/15ème du poids de la couverture)*	l	0,020		
Crème Chantilly				
- crème liquide à 35 %	l	0,30		
- sucre glace	kg	0,020		
- vanille (extrait liquide)	l	PM		
Finition				
- griottines ou cerises à l'eau-de-vie (8 pièces)	kg	0,050		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 25 min	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			20 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

*Adaptation simplifiée**

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Réaliser la génoise au cacao - 20 min *(voir p. 514/518)*
- Mélanger la farine et le cacao puis tamiser l'ensemble.
- Monter les œufs entiers avec le sucre au bain-marie puis finir le montage hors du feu jusqu'à son complet refroidissement.
- Incorporer très délicatement le mélange farine/cacao et cuire la génoise dans un cercle chemisé à 180/190 °C durant une vingtaine de minutes.
- Décercler la génoise et la débarrasser sur grille.

3. Réaliser le sirop de punchage - 3 min
- Faire bouillir durant une minute l'eau, le sucre et le cacao ou, si une liqueur ou un alcool est utilisé, l'ajouter après le refroidissement du sirop.

4. Réaliser la crème fouettée au chocolat - 15 min
- Découper la couverture en parcelles et la faire fondre au bain-marie.
- Monter la crème, ne pas trop la serrer, elle doit rester lisse.
- Incorporer le quart de la crème dans le chocolat tiède (40 °C - pour ne pas la bloquer), puis verser le mélange sur le reste de la crème fouettée.
- Lisser au fouet, corner la calotte et réserver.

5. Egoutter les griottines ou les cerises dénoyautées à l'eau-de-vie - 2 min

6. Monter l'entremets - 10 min *(voir p. 518/519)*
- Séparer la génoise au cacao en trois disques réguliers.
- Placer le premier disque sur le carton à entremets.
- Le fixer avec un peu de crème.
- Puncher à l'aide d'un pinceau, et masquer le fond de l'entremets avec une couche épaisse de crème fouettée au chocolat.
- Répartir les griottines régulièrement.
- Appliquer le deuxième disque de génoise, le puncher et le recouvrir également d'une couche épaisse de crème fouettée au chocolat.
- Appliquer le dernier disque de génoise et le puncher avec le reste du sirop.
- Filmer l'entremets et le raffermir en enceinte réfrigérée.

7. Réaliser les copeaux de chocolat - 10 min

Méthode simple :
- Gratter la plaque de chocolat à l'aide d'un couteau éminceur ou d'un emporte-pièce.

Méthode plus complexe :
- Fondre la couverture au bain-marie et lui ajouter le 15ème de son poids en huile.
- Chauffer à 40/50 °C une grande plaque à pâtisserie en acier inoxydable et la masquer à l'envers d'une couche très fine de chocolat huilé fondu (la plaque chauffée peut être directement frottée avec le pain de chocolat).
- Faire prendre en enceinte réfrigérée.
- Former les copeaux à l'aide d'un triangle dès que la consistance du chocolat le permet.
- Réserver les copeaux.

8. Monter la crème Chantilly - 10 min
- La serrer avec le sucre, corner la calotte et la réserver.

9. Masquer et décorer l'entremets - 8 min
- Le masquer entièrement avec la crème Chantilly.
- Appliquer les copeaux de chocolat sur le pourtour.
- Former huits rosaces de crème Chantilly sur le dessus et appliquer au centre de chaque rosace une cerise à l'eau-de-vie.

10. Dresser la forêt noire - 2 min
- Disposer l'entremets sur un grand plat rond recouvert d'une feuille de papier dentelle.

** **REMARQUE :** Initialement la forêt noire se réalise à partir d'un appareil à biscuit au cacao couché à la poche, monté en cercle et garni d'une crème au beurre au chocolat réalisée aux œufs entiers et de crème Chantilly. La version proposée plus simplifiée s'adresse principalement aux niveaux 4 et 5.*



Forêt noire

Matériel de préparation :

- 1 bassin à blancs
- 1 tamis à farine
- 1 petit bain-marie
- 1 petit batteur-mélangeur
- 1 fouet à blanc
- 2 grandes calottes
- 1 grille à pâtisserie

Matériel de cuisson :

- 1 bain-marie
- 1 moule à génoise
  ou
- 1 cercle à entremets
- 1 plaque à pâtisserie
- 1 petite sauteuse

Matériel de dressage :

- plat rond plat
- papier dentelle

MOELLEUX AU CHOCOLAT, GLACE AU GINGEMBRE ET COULIS D'AGRUMES

1. Mettre en place le poste de travail

La veille :

2. Réaliser l'appareil pour les moelleux

- Faire fondre au bain-marie 0,250 kg de couverture noire avec 0,180 kg de beurre extra-fin.
- Blanchir 6 œufs entiers (0,350 kg) avec 0,180 kg de sucre semoule. L'appareil doit faire le ruban.
- Incorporer 0,060 kg de farine tamisée puis le chocolat fondu avec le beurre légèrement refroidi.

3. Mouler les moelleux au chocolat

- Beurrer puis garnir huit ramequins ou huit darioles de 0,08 l.
- Laisser reposer durant 12 h au minimum en enceinte réfrigérée.

4. Réaliser le mix pour la glace au gingembre

- Ajouter à l'appareil de base *(voir «Glace aux œufs»)* 0,080 kg de gelée de gingembre et 0,040 kg de gingembre confit.

Le lendemain :

5. Turbiner la glace au gingembre

- Observer les précautions citées *(voir «Glace à la vanille»).*

6. Lever les segments et réaliser le coulis d'agrumes

- Lever les segments de 4 oranges et de 2 pamplemousses, les réserver.
- Détendre 0,150 kg de confiture d'orange et 0,050 kg de gelée neutre avec un peu de jus d'orange et de pamplemousse rose.
- Passer au chinois étamine.

7. Marquer les moelleux en cuisson

- Les cuire au four à 180 °C durant environ 8 min.
- Les débarrasser lorsqu'ils commencent à craqueler sur le dessus.

8. Dresser les moelleux au chocolat

- Les démouler immédiatement sur les assiettes de base.
- Disposer harmonieusement un fond de coulis, quelques segments d'orange et de pamplemousse et une belle quenelle de glace au gingembre.
- Parsemer la glace de quelques filaments de gingembre confits

PLATS SIMILAIRES

Marquise au chocolat

- Faire fondre au bain-marie 0,300 kg de couverture.
- Ajouter 0,060 kg de beurre, 3 jaunes d'œufs, 0,050 kg de sucre semoule et une pincée de gingembre en poudre.
- Monter 3 blancs d'œufs en meringue à la française.
- La serrer avec 0,050 kg de sucre.
- Monter 1/4 de litre de crème fouettée.
- Verser la crème fouettée sur la meringue et incorporer délicatement le mélange au chocolat refroidi.
- Verser dans un moule filmé et faire durcir en enceinte réfrigérée durant une douzaine d'heures.
- Détailler en tranches et servir avec de la crème anglaise au café ou un coulis d'oranges amères.



Moelleux aux chocolat, glace au gingembre et coulis d'agrumes



FEUILLANTINE AUX FRAMBOISES, CRÈME LÉGÈRE À LA PISTACHE

Superposition de petits disques de nougatine, de crème pâtissière à la pistache allégée de crème Chantilly, et de framboises. Le dessert est présenté avec un décor de fruits rouges et un coulis de framboise.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
«Nougatine»				
- lait entier	l	0,10		
- beurre extra-fin	kg	0,250		
- glucose	kg	0,100		
- sucre semoule	kg	0,300		
- pectine N.H.	kg	0,005		
- amandes effilées	kg	0,150		
- amandes concassées	kg	0,050		
- pistaches mondées concassées	kg	0,050		
Crème Diplomate à la pistache				
Crème pâtissière				
- lait	l	0,50		
- œufs (entiers - 3 pièces)	kg	0,180		
- sucre semoule	kg	0,100		
- poudre à crème	kg	0,040		
- pâte de pistaches	kg	0,050		
- gélatine (5 feuilles)	kg	0,010		
- beurre (pour tamponner)	kg	0,020		
Finition				
- crème liquide	l	0,50		
- sucre glace	kg	0,040		
Garniture				
- framboises	kg	0,500		
Coulis de framboises				
- brisures de framboises	kg	0,200		
- sucre glace	kg	0,020		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
Décor				
- framboises	kg	0,080		
- fraises	kg	0,080		
- myrtilles	kg	0,080		
- groseilles grappes	kg	0,080		
- menthe	botte	1/4		
- sucre neige	kg	PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 35 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			***quelques min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Réaliser la «nougatine» - 15 min
- Réunir dans une sauteuse moyenne, le lait, le beurre découpé en parcelles, le glucose, le sucre semoule et la pectine.
- Maintenir à 104 °C durant 3 min en remuant à l'aide d'une spatule, le mélange doit épaissir.
- Retirer la sauteuse du feu.
- Ajouter les amandes et les pistaches.
- Mélanger de manière à obtenir une pâte bien maléable.

3. Détailler les feuillantines - 10 min
- Abaisser la pâte finement sur des feuilles de silpat.
- Raffermir en enceinte négative à - 18 °C ou en cellule.
- Détailler 24 abaisses de 6 cm de diamètre.

4. Cuire les feuillantines - 10 min
- Les disposer sur une plaque à pâtisserie recouverte d'une toile de cuisson.
- Cuire à 180/200 °C durant quelques minutes.
- Les disques de pâte se sont étalés, les retailler avec un emporte-pièce de 8 cm de diamètre puis les débarrasser.

5. Réaliser la crème Diplomate à la pistache - 15 min *(voir p. 552)*
- Réaliser la crème pâtissière à la poudre à crème.
- Ajouter la pâte de pistaches dans le lait.
- Laisser bouillir la crème pâtissière durant une minute puis lui ajouter la gélatine bien épongée (trempée au préalable).
- Débarrasser la crème, la tamponner puis la filmer.
- La laisser refroidir.

6. Monter la crème Chantilly - 5 min
- Ne pas trop la serrer, elle doit rester lisse.

7. Terminer la crème Diplomate - 5 min
- Incorporer délicatement la crème Chantilly à la crème pâtissière avant son complet refroidissement en veillant à ne pas la faire retomber.

8. Réaliser le coulis de framboises - 10 min *(voir p. 559)*
- Le passer au chinois étamine et le réserver sur glace.

9. Laver les framboises et les fruits rouges - 10 min
- Les laver très délicatement dans de l'eau glacée.
- Les retirer à la main et les éponger soigneusement sur du papier absorbant.
- Réserver les fruits rouges pour le décor (ils peuvent être mis à macérer avec un peu de sucre et quelques gouttes de jus de citron).

10. Laver, effeuiller et égoutter soigneusement la menthe - 2 min

11. Dresser les feuillantines à la commande - 8 min
- Disposer un disque de nougatine sur chaque assiette.
- Intercaler une framboise et une rosace de crème à la pistache.
- Placer un autre disque de nougatine sur le dessus, disposer les fruits et coucher la crème de la même façon.
- Terminer par un disque de nougatine. Le saupoudrer sans excès de sucre neige.
- Placer harmonieusement sur le côté de l'assiette un petit bouquet de fruits rouges.
- Entourer d'un cordon de coulis de framboises.



Feuillantine aux framboises, crème légère à la pistache

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- emporte-pièces ronds
- 1 fouet à blancs
- 1 chinois étamine
- 1 poche et 1 douille à Chantilly
- 2 calottes moyennes
- 1 rouleau à nougatine
- 1 mixeur

Matériel de cuisson :

- 1 sauteuse moyenne
- 1 russe moyenne
- 1 plaque à pâtisserie
- 2 toiles de cuisson (silpat)

Matériel de dressage :

- assiettes de base

MILLE-FEUILLE CROUSTILLANT AUX FRAISES, CRÈME LÉGÈRE AU COINTREAU

1. Mettre en place le poste de travail

2. Laver et équeuter 0,500 kg de petites fraises calibrées

- Les mettre à macérer avec un peu de sucre, le jus d'un demi-citron et 0,02 l de Cointreau.
- Filmer et réserver en enceinte réfrigérée.

3. Réaliser les abaisses de feuilletage

- Détailler 24 petites abaisses rondes et très fines de feuilletage
- Les piquer puis les déposer sur une plaque à pâtisserie recouverte d'une feuille de papier cuisson.
- Les charger pour éviter le gonflement (les abaisses doivent rester très très fines).
- Les sucrer généreusement en fin de cuisson avec du sucre glace non amylacé.
- Les abaisses doivent être dorées, brillantes (glacées) et croustillantes.
- Les débarrasser.

4. Réaliser la crème Diplomate *(voir p. 552)*

- Réaliser 0,50 l de crème pâtissière à la poudre à crème. La coller avec 0,010 kg de gélatine, la parfumer au Cointreau puis lui ajouter délicatement après refroidissement 0,50 l de crème liquide fouettée avec 0,040 kg de sucre.
- Tamponner et réserver.

5. Réaliser le coulis de fraises

- Utiliser 0,250 kg de fraises, 0,080 kg de sucre et quelques gouttes de jus de citron.
- Réserver le coulis sur glace.

6. Glacer au sucre cuit huit belles fraises avec leur collerette verte

- Les tremper dans du sucre cuit au grand cassé, puis les déposer sur le marbre légèrement huilé.

7. Réaliser le montage des mille-feuille

- Placer un disque de feuilletage dans chaque assiette.
- Disposer les fraises, la pointe vers le haut, les intercaler avec une rosace de crème Diplomate au Cointreau.
- Recommencer et terminer par un disque de pâte la face glacée sur le dessus.
- Réaliser un petit décor sur le côté de l'assiette avec une belle fraise historiée et une petite branche de menthe.
- Entourer le mille-feuille d'un petit cordon de coulis.
- Placer une belle fraise glacée au centre de chaque mille-feuille.

PLATS SIMILAIRES

Feuillantine aux fruits rouges

Base : Pâte à filo ou feuilles de brick doublées.

- Disposer sur le marbre saupoudré de sucre glace, des feuilles de pâte à filo doublées.
- Les badigeonner de beurre fondu à l'aide d'un pinceau. Les saupoudrer de sucre glace puis les recouvrir d'une autre couche de feuilles de pâte à filo.
- Beurrer et sucrer à nouveau.
- Détailler trois disques de 8 cm de diamètre par personne.
- Les cuire au four sur papier cuisson ou silpat à 180 °C durant quelques minutes.
- Les débarrasser et les refroidir.
- Monter les feuillantines directement sur les assiettes de base.
- Intercaler avec de la crème Chiboust et des fruits rouges macérés.
- Terminer par un disque de pâte en disposant sur le dessus une petite grappe de groseilles, quelques grains de cassis et une petite feuille de menthe.
- Saupoudrer de sucre glace.



Mille-feuille croustillant aux fraises, crème légère au cointreau



MIROIR PASSION FRAMBOISE

Entremets à base de pulpe de fruits gélifiée, allégée de meringue à l'italienne et de crème fouettée.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

Cercle à entremets de 22 cm de diamètre sur 4,5 cm de hauteur

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Mousse aux fruits de la passion				
- pulpe de fruits de la passion surgelée	kg	0,150		
- meringue italienne *1	kg	0,150		
- gélatine or (5 feuilles)	kg	0,010		
- crème liquide	l	0,20		
Mousse à la framboise				
- purée de framboises surgelée	kg	0,200		
- meringue italienne	kg	0,125		
- gélatine or (5 feuilles)	kg	0,010		
- crème liquide	l	0,15		
Meringue italienne				
- œufs (4 blancs)	kg	0,130		
- sel fin	kg	PM		
sucre cuit				
- sucre en morceaux	kg			
- eau	l	0,025		
Montage				
- fond de biscuit de 22 cm de diamètre	pièce	2		
Sirop de punchage				
- sucre	kg	0,030		
- eau	l	0,04		
- alcool ou liqueur	l	PM		
Finition glaçage				
- nappage neutre	kg	0,080		
- nappage rouge	kg	0,020		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*40 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			*30 à 40 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Décongeler les purées et pulpes de fruits - 2 min
- Les décongeler en enceinte réfrigérée.
- Eviter les chocs thermiques importants puis les amener au dernier moment à la température ambiante (tempérée).



Miroir passion framboises

3. Tremper la gélatine à l'eau froide - 2 min
- L'éponger soigneusement avant l'utilisation.

4. Monter la crème - 6 min
- La fouetter jusqu'à l'obtention d'une texture onctueuse sans trop la serrer.

5. Réaliser la meringue italienne - 15 min *(voir p. 576/577)*
- Cuire le sucre à 120 °C avec le tiers de son poids en eau.
- Monter les blancs d'œufs en neige avec une petite pincée de sel, les serrer avec le sucre semoule en fin de montage.
- Verser progressivement le sucre cuit sur les blancs en neige.
- Fouetter la meringue jusqu'à son complet refroidissement.

6. Gélifier la purée et la pulpe de fruits - 5 min
- Faire fondre la gélatine à sec dans une enceinte à micro-ondes.
- La détendre progressivement et l'incorporer équitablement dans les deux pulpes de fruits tempérées.

7. Assembler les différents éléments des mousses - 10 min
- Aciduler légèrement la purée de framboises avec quelques gouttes de jus de citron.
- Répartir la meringue italienne dans deux calottes en acier inoxydable. En ajouter un peu plus pour la mousse à la passion de manière à réduire l'acidité(*1).
- Incorporer délicatement les pulpes gélifiées puis la crème fouettée lorsque les appareils commencent à prendre.
- Lisser sans excès au fouet.

8. Monter l'entremets - 10 min
- Le monter en cercle ou en cadre.
- Placer le cercle sur un carton à entremets. Lui appliquer un ruban de rhodoïd.
- Placer le fond du biscuit et le puncher.
- Garnir le cercle à mi-hauteur avec la mousse à la framboise.
- Laisser prendre en cellule réfrigérée.
- Finir de remplir avec la mousse aux fruits de la passion.
- Egaliser et lisser à l'aide d'une spatule.
- Filmer et réserver en enceinte réfrigérée.

9. Glacer le miroir - 8 min
- Avec du glaçage neutre. Colorer le glaçage neutre avec un peu de nappage rouge sans trop les mélanger de manière à réaliser un marbrage.
- Lustrer le miroir à l'aide d'une spatule métallique.

10. Dresser le miroir - 2 min
- Le disposer sur un grand plat rond recouvert de papier dentelle.

LES GLACES, SORBETS, COUPES ET DESSERTS GLACÉS



Bref rappel de technologie

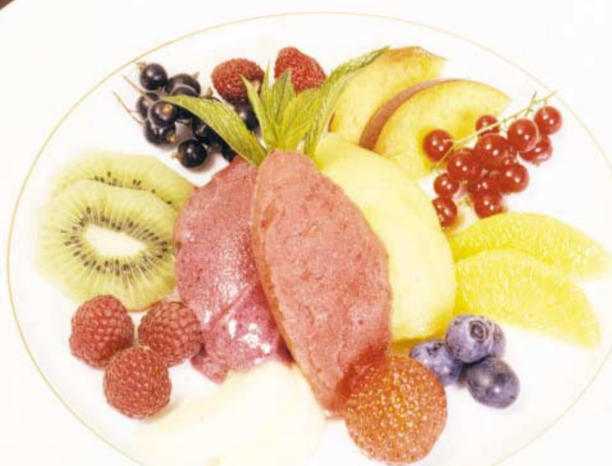
La règlementation classe et définit la composition des glaces et des sorbets (pourcentage de fruits, additifs autorisés, …).

Les glaces aux œufs de fabrication artisanale sont le plus souvent obtenues en «turbinant» de la crème anglaise parfumée (vanille, café, chocolat) ou additionnée de pâte de pistaches, de pralin, de fruits confits ou de fruits secs.

Les sorbets sont composés d'un sirop additionné selon leur appellation de pulpe ou de jus de fruits, de vin, d'alcool ou de liqueur.

Les granités dont la teneur en sucre est inférieure à celle des sorbets sont obtenus généralement par sanglage et sont servis en milieu de repas (trou-normand).

La réalisation des glaces aux œufs et des entremets glacés nécessite le respect rigoureux des règles d'hygiène citées en fin de paragraphe (fiche d'analyse des dangers).



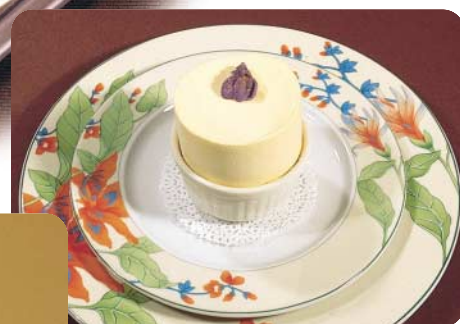
Sorbets aux fruits





Techniques mises en œuvre

- **Réaliser une crème anglaise**
- **Réaliser un sirop**
- **Réaliser de la crème Chantilly**
- **Réaliser de la meringue à la française, à l'italienne**
- **Réaliser un appareil à bombe**
- **Réaliser un coulis de fruits frais**
- **Réaliser une sauce chocolat**
- **Stocker, réserver et servir des glaces et des sorbets**



Soufflé glacé à la liqueur



Ananas belle de Meaux



Vacherin



GLACE À LA VANILLE ET GLACES DÉRIVÉES

La glace aux œufs est obtenue en congelant (par sanglage et turbinage) un mélange pasteurisé (crème anglaise à base de lait, de jaunes d'œufs et de sucre). De nombreux arômes et ingrédients naturels peuvent être ajoutés (café, thé, chocolat, praliné, pistache, fruits confits, fruits secs, ...).

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Crème anglaise ou mix de base				
- lait entier	l	1		
- œufs (8 jaunes)	kg	0,160		
- sucre semoule	kg	0,200 à 0,250		
ou				
- lait entier	l	0,80		
- crème liquide	l	0,20		
- lait en poudre écrémé	kg	0,040		
- œufs (8 jaunes)	kg	0,160		
- sucre semoule	kg	0,200		
- sucre inverti(1) (glucose atomisé trimoline)	kg	0,040		
- stabilisateur(2)		PM		
- vanille	gousse	1		
Glace café				
- extrait de café liquide	l	0,020		
ou				
- café lyophilisé	kg	0,020		
Glace chocolat				
- couverture	kg	0,040		
- cacao	kg	0,020		
Glace pralinée				
- praliné	kg	0,150		
Glace pistache				
- pâte de pistache	kg	0,080		
(1-2) Le pourcentage de sucre inverti est fixé à 6 % maximum par rapport au poids total du mix et 1 % pour le stabilisateur.				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			40 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min

- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.
- Laver et désinfecter le poste de travail, le matériel et la sorbetière.
- Utiliser les procédures en place dans l'établissement.

2. Réaliser la crème anglaise - 15 min *(voir p. 544/546)*

- Réunir dans une russe ou dans une sauteuse moyenne, le lait, la crème, le lait en poudre, la gousse de vanille partagée en deux et grattée, la moitié du sucre, le sucre inverti et le stabilisateur s'il y a lieu.
- Porter à ébullition et laisser infuser.
- Les parfums tels que l'extrait de café, le chocolat et le cacao peuvent être portés à ébullition avec le lait (alcools et liqueurs sont généralement ajoutés en fin de sanglage).
- Blanchir les jaunes d'œufs avec le reste du sucre.
- Verser progressivement une partie du liquide sur les jaunes d'œufs blanchis puis verser le mélange dans le récipient de cuisson.
- Cuire la crème anglaise à la nappe puis baisser le feu au minimum.
- Pasteuriser la crème soit en la cuisant durant 1 min à + 83 °C ou monter la température à cœur à + 85 °C.
- Passer la crème au chinois étamine dans une calotte froide parfaitement propre et non dans celle qui a servi à blanchir les jaunes *(voir analyse des dangers).*
- Refroidir la crème rapidement sur glace en la vannant fréquemment.
- Maturer le mix filmé en enceinte réfrigérée durant 4 heures au minimum.

3. Placer les bacs à glace dans le conservateur - 2 min

4. Turbiner ou sangler le mix - 10 min

- Le verser dans la sorbetière parfaitement désinfectée. Au cours de cette opération le mix épaissit et foisonne (30 à 50 % pour une glace d'excellente qualité).
- Ajouter la garniture s'il y a lieu (salpicon de fruits confits, fruits secs concassés passés au four, ...).
- Débarrasser la glace aussitôt la bonne consistance atteinte.
- Filmer les bacs et les réserver dans un conservateur à - 18 °C minimum ou mettre en place (former ou mouler).
- Nettoyer la sorbetière.

5. Dresser la glace - 5 min

- Mouler les glaces en boules ou en quenelles.
- Les dresser en coupes individuelles ou sur assiettes.

REMARQUE :

- *Les glaces entrent pour la plupart dans la composition de coupes diverses (fruits Melba, Belle-Hélène) et d'entremets glacés (charlotte glacée, omelette norvégienne, ...).*



Glace à la vanille et glaces dérivées

Matériel de préparation :

- 2 calottes moyennes
- 1 ramequin
- 1 chinois étamine
- 1 bac à glace
- 1 corne
- 1 spatule en exoglass

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne
- 1 sauteuse moyenne

Matériel de dressage :

- rafraîchissoir
- coupes ou assiettes individuelles
- papier dentelle

CRÈME GLACÉE, GLACE À LA CRÈME

Définition : Mélange pasteurisé de crème, de lait, de matières grasses (7 %), de saccharose (14 %) et de parfum.

Crème glacée aux fruits (fraises)
- Lait entier 0,50 l ;
- Crème (à 30 % de matières grasses) 0,15 l ;
- Pulpe de fraise 0,200 kg ;
- Sucre 0,200 kg ;

Crème glacée à la vanille
- Lait entier 0,75 l ;
- Crème (à 30 % de matières grasses) 0,225 l ;
- Sucre 0,200 kg ;
- Vanille 0,002 kg.

1. Confectionner la crème glacée
- Réunir et pasteuriser tous les éléments.
- Faire refroidir très rapidement.

2. Sangler la crème glacée
- Verser la préparation dans la sorbetière et turbiner jusqu'à bonne consistance.
- Débarrasser aussitôt dans les bacs à glace.
- Réserver au conservateur.

3. Dresser la crème glacée
- Servir comme les glaces aux œufs.

REMARQUE : Certaines sorbetières dites «choc» ne nécessitent pas le refroidissement du «mix».

PLATS SIMILAIRES

Glace plombière

- Ajouter à la crème anglaise crémée en fin de turbinage 0,150 kg de fruits confits en cubes et 0,050 kg de raisins secs flambés macérés au kirsch.

Glace aux pruneaux

- Ajouter à la crème anglaise 0,050 kg de crème de pruneaux puis en fin de turbinage 0,200 kg de pruneaux hachés et macérés dans 0,08 l d'armagnac.

Glace antillaise

- Ajouter à la crème anglaise en fin de turbinage 0,160 kg de raisins secs blanchis et réhydratés avec 0,08 l de rhum vieux (les raisins secs peuvent être flambés avec le rhum).

Glace aux marrons

- Ajouter à la crème anglaise 0,160 kg de crème de marrons et 0,200 kg de brisures de marrons macérés dans du rhum vieux en fin de turbinage.



Glace vanille bonbon et chocolat



Assortiment de glaces aux fruits frais



FRUITS MELBA

Fruits frais (fraises) ou pochés au sirop vanillé (pêches, poires, ...) accompagnés de glace à la vanille et nappés de coulis de framboises. Auguste Escoffier créa cet entremets glacé à base de pêches pour la célèbre cantatrice «Nelly Melba» (nom d'artiste en l'honneur de sa ville natale Melbourne en Australie).
La préparation ne comporte ni crème Chantilly, ni amandes grillées.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- fraises (0,080 kg à 0,100 kg par personne)	kg	0,800 à 1		
ou				
- pêches (8 pièces de 0,120 kg)	kg	1		
ou				
- poires (8 pièces de 0,150 kg)	kg	1,200		
- citron (1 pièce)	kg	0,100		
Sirop à 1.1247 D				
- eau	l	0,50		
- sucre	kg	0,300		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
- vanille (facultatif)	gousse	1/2		
Glace vanille (appareil à glace aux œufs)				
- lait entier	l	0,90		
- crème U.H.T.	l	0,10		
- lait en poudre à 0% de M. G.	kg	0,040		
- œufs (jaunes 8/10 pièces)	kg	0,160		
- sucre semoule	kg	0,200		
- vanille	gousse	1		
- stabilisateur (facultatif)	kg	0,010		
Coulis de framboise				
- framboises surgelées (brisures)	kg	0,200		
- sucre glace	kg	0,080		
- citron (jus)	pièce	1/2		
Coût matières pour 8 couverts				...... €
Coût matières pour 1 couvert				...... €
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION				55 min

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Réaliser la crème anglaise - 15 min *(voir p. 544/546)*
- Porter le lait, la poudre de lait, la crème, la moitié du sucre à ébullition.
- Ajouter le stabilisateur (si utilisé) et la gousse de vanille partagée en deux et grattée.
- Laisser infuser.
- Blanchir les jaunes d'œufs avec le reste du sucre.
- Verser progressivement le mélange lait, crème et sucre sur les jaunes d'œufs blanchis.
- Remettre le tout dans la sauteuse.
- Cuire le mix à la nappe et le pasteuriser (+ 83 °C durant une minute sans arrêter de vanner).
- Passer au chinois étamine et refroidir rapidement.
- Maturer le mix à couvert à + 4 °C maximum durant 4 h au minimum.

3. Confectionner le sirop - 5 min *(voir p. 578)*

4. Préparer les fruits - 10 min *(voir p. 149 et 560)*
- Laver, équeuter, égoutter soigneusement les fraises

ou
- Laver, monder et pocher les pêches,

ou
- Eplucher, citronner et pocher les poires.

5. Turbiner la crème anglaise (le mix) et la débarrasser dans un bac à glace - 5 min
- Réserver la glace à couvert dans un conservateur à - 18/20 °C.
- Nettoyer et désinfecter la sorbetière selon la procédure.

6. Confectionner le coulis de framboises - 10 min *(voir p. 560)*
- Laver très délicatement les framboises.
- Les éponger soigneusement.
- Passer les framboises au «mixeur».
- Ajouter le sucre glace et le jus d'un demi-citron.
- Passer au chinois étamine et réserver le coulis filmé sur de la glace vive.

7. Dresser les fruits Melba - 5 min
- Dresser séparément dans des jattes les fruits, la glace à la vanille, le coulis de framboise.

REMARQUE :
- *Dans le cas d'un service simplifié, il est fréquent de dresser les fruits Melba dans une coupe. Dans ce cas disposer les fruits sur la glace à la vanille et napper avec le coulis de framboises.*



Fruits Melba

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 1 passoire à queue
- 1 ramequin
- 1 petit fouet
- 1 mixeur
- 2 calottes moyennes
- 1 chinois étamine
- 1 spatule en exoglass
- 1 sorbetière
- 1 bac à glace

Matériel de cuisson :

- 1 sauteuse moyenne
- 1 russe moyenne avec couvercle

Matériel de dressage :

- grand plateau
- grandes vasques ou jattes ou rafraîchissoirs
- saucière
- papier dentelle

TULIPE DE POIRE MARY GARDEN

1. Metrre en place le poste de travail

2. Réaliser huit tulipes en appareil à cigarettes
(voir p. 589)
- Utiliser 0,080 kg de farine, 0,125 kg de sucre semoule ou glace, une pincée de sel fin, 0,05 l de lait, 0,045 kg de blancs d'œufs et 0,040 kg de beurre fondu refroidi.

3. Laver, éplucher et citronner 8 petites poires de 0,120 kg chacune.
- Les évider à l'aide d'une cuillère à ox-tail.

4. Pocher les poires
- Les pocher dans un sirop composé d'1/2 litre d'eau et de 0,300 kg de sucre.
- Le parfumer à la vanille et avec quelques zestes de citron.

5. Réaliser 1 l de crème anglaise pour la préparation de la glace à la vanille *(voir proportions et recommandations ci-contre)*

6. Réaliser un coulis avec 0,200 kg de brisures de framboises, 0,080 kg de sucre glace et le jus d'1/2 citron.

7. Monter 1/4 de litre de crème Chantilly
- La sucrer avec 0,020 kg de sucre glace.

8. Egoutter 0,200 kg de bigarreaux rouges au sirop

9. Dresser les poires pochées Mary Garden
- Disposer une grosse boule de glace vanille dans chaque tulipe.
- Appliquer au centre une poire bien égouttée.
- Napper avec le coulis de framboises.
- Disposer les cerises tout autour en couronne.
- Décorer avec la crème Chantilly.

PLATS SIMILAIRES

Fraises Nina
- Comme les fruits Melba, mais avec de la crème Chantilly.

Nectarine Alexandra
- Nectarine pochée, dressée sur socle de glace vanille, nappée de coulis de fraises ou de framboises. Le tout recouvert de sucre filé (voilé à l'orientale).

Poire cardinal
- Comme les fruits Melba, mais le dessus parsemé d'amandes effilées grillées.

Cerises Jubilé
- Bigarreaux au sirop chauffés et flambés au kirsch.
- Réduire le sirop et dresser en coupe autour d'une grosse boule de glace vanille.



Tulipe de fraises Melba



POIRES BELLE-HÉLÈNE

Entremets à base de poires pochées au sirop dressées sur de la glace à la vanille et nappées de sauce au chocolat chaude. Entremets créé en l'honneur de la célèbre opérette d'Offenbach «La Belle-Hélène».

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Eléments de base				
- poires (8 pièces de 0,150 kg)	kg	1,200		
- citron (1 pièce)	kg	0,100		
Sirop				
- eau	l	1/2		
- sucre	kg	0,300		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
- vanille (facultatif)	gousse	1/2		
ou				
- poires au sirop	pièce	8		
Glace vanille (appareil à glace aux œufs)				
- lait	l	0,90		
- crème liquide	l	0,10		
- lait en poudre écrémé	kg	0,040		
- œufs (jaunes, 8/10 pièces)	kg	0,160		
- sucre semoule	kg	0,200		
- vanille	gousse	1		
- stabilisateur	kg	0,010		
Sauce chocolat				
- couverture à 50%	kg	0,200		
- beurre	kg	0,040		
- crème liquide	l	0,02		
ou				
- sirop à 1.1247 D	l	PM		
- eau	l	PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON DES POIRES			15 à 20 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.
- Peser et mesurer les denrées.

2. Réaliser le sirop - 5 min *(voir p. 578)*
- Réunir dans une russe, l'eau, le sucre, les zestes de citron éventuellement blanchis, un peu de jus de citron et la demi-gousse de vanille.
- Porter à ébullition, écumer.

3. Eplucher soigneusement les poires et les citronner - 10 min
- Gratter délicatement et raccourcir les queues.
- Evider l'intérieur à l'aide d'une petite cuillère à légumes.

4. Marquer les poires en cuisson - 5 min *(voir p. 386)*
- Pocher les poires dans le sirop bouillant.
- Les maintenir en immersion et les cuire recouvertes d'un papier sulfurisé pendant 15 à 20 min selon leur degré de maturité.
- Débarrasser et laisser refroidir les poires dans le sirop.

5. Réaliser la crème anglaise et turbiner (sangler) la glace - 15 min *(voir p. 544/546)*
- Porter le lait, la poudre de lait, la crème, la moitié du sucre à ébullition.
- Ajouter le stabilisateur (si utilisé) et la gousse de vanille partagée en deux et grattée.
- Laisser infuser.
- Blanchir les jaunes d'œufs avec le reste du sucre.
- Verser progressivement le mélange lait, crème et sucre sur les jaunes d'œufs blanchis.
- Remettre le tout dans la sauteuse.
- Cuire le mix à la nappe et le pasteuriser (+ 83 °C durant une minute sans arrêter de vanner).
- Passer au chinois étamine et refroidir rapidement.
- Maturer le mix à couvert à + 4 °C maximum durant 4 h au minimum et 12 h maximum.
- Turbiner la crème anglaise (le mix) dans une sorbetière.
- Débarrasser la glace, la filmer et la réserver dans un conservateur à - 18/20 °C.
- Nettoyer et désinfecter la sorbetière selon la procédure.

6. Confectionner la sauce chocolat - 10 min
- Réunir dans un petit bain à sauce en acier inoxydable, la couverture concassée, un peu d'eau et le beurre en parcelles.
- Tiédir et faire fondre doucement le chocolat au bain-marie en le remuant de temps à autre à l'aide d'une spatule en exoglass.
- Lisser et rectifier éventuellement l'onctuosité soit avec un peu de crème fleurette bouillie, soit avec un peu de sirop.
- Maintenir au chaud la sauce chocolat.

7. Dresser les poires Belle-Hélène - 5 min
- Egoutter soigneusement les poires et les dresser harmonieusement dans une grande jatte.
- Dresser la glace à la vanille dans une deuxième jatte ou vasque rafraîchie au préalable, elle peut être placée dans une autre vasque contenant de la glace pilée.
- Dresser la sauce chocolat en saucière.

REMARQUEs :
- *La densité du sirop de pochage des poires est fonction de leur degré de maturité.*
- *Il est fréquent de dresser les poires Belle-Hélène en coupes individuelles.*



Poires Belle-Hélène

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 1 passoire à queue
- 1 ramequin
- 1 petit fouet
- 1 bac à glace
- 2 calottes moyennes
- 1 chinois étamine
- 1 spatule en exoglass
- 1 sorbetière

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne avec couvercle
- 1 sauteuse moyenne
- 1 bain-marie à sauce

Matériel de dressage :

- grand plateau
- 2 grandes vasques ou jattes ou rafraîchissoirs
- saucière
- papier dentelle

POIRE POCHÉE BELLE DIJONNAISE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Préparer le sirop au vin (à réaliser la veille)

- Réunir dans une russe moyenne une bouteille de vin rouge de Bourgogne, 0,100 kg de sucre semoule, 0,30 l de crème de cassis, une pincée de cannelle, 1 clou de girofle et quelques zestes d'oranges et de citrons.
- Laisser frémir durant une dizaine de minutes.

3. Laver, éplucher, citronner et pocher 8 poires moyennes de 0,120 à 0,140 kg pièce (williams, conférences ou poires «de curé»)

- Les évider par l'intérieur à l'aide d'une cuillère à racine et les pocher à couvert dans le sirop au vin durant une vingtaine de minutes.
- Prélever 0,40 l de sirop de cuisson pour la sauce puis laisser refroidir et macérer les poires dans le reste de la cuisson jusqu'au lendemain.

4. Réaliser 0,80 l de sorbet au cassis *(voir page suivante)*

- Le réserver dans un bac à glace filmé à - 18 °C.

5. Réaliser la sauce d'accompagnement

- Réduire les 0,40 l de cuisson des poires avec 0,050 kg de gelée de cassis et 0,050 kg de grains de cassis.
- Mixer, passer au chinois étamine et réserver.

6. Dresser les poires pochées en tulipes ou en coupes individuelles

- Disposer une grosse boule de sorbet cassis au fond des coupes ou des tulipes.
- Placer dessus une poire entière bien égouttée.
- Napper soigneusement avec la sauce.
- Décorer avec de la crème Chantilly et des grains de cassis.

PLATS SIMILAIRES

Banana-split

- Disposer trois petites boules de glace à la vanille dans une coupelle ovale.
- Placer de chaque côté une demi-banane partagée en deux dans le sens de la longueur.
- Napper uniformément avec de la sauce chocolat.
- Décorer avec de la crème Chantilly.

Tulipe de pomme, glace au pain d'épices

- Garnir les tulipes d'une boule de glace au pain d'épices (crème anglaise additionnée de pain d'épices, de cannelle, de cardamone, de muscade et de girofle).
- Disposer une pomme acidulée pochée au sirop et macérée au pommeau.
- Décorer avec de la crème Chantilly vanillée.

Poire rôtie à la crème de cassis, glace au poivre

- Pocher les poires dans un sirop au vin rouge et à la crème de cassis, puis les laisser infuser toute la nuit en enceinte réfrigérée.
- Réaliser une glace aux fruits exotiques (mangue, passion, citron vert) et au poivre de Sechuan.
- Rôtir les poires pochées au four avec un peu de beurre en les arrosant avec le sirop de pochage.
- Dresser les poires émincées en éventail sur assiettes.
- Disposer deux quenelles de glace de chaque côté.
- Napper les poires avec la cuisson réduite.
- Servir avec des tuiles à l'orange.



Tulipe de poire glacée au chocolat



SORBETS AUX FRUITS

Les sorbets aux fruits sont obtenus par la congélation en sorbetière d'un mélange d'eau potable et de sucre, additionné de pulpe ou de jus de fruits. Les sorbets aux vins, alcools et liqueurs sont composés de sirops additionnés du vin d'appellation d'origine, de l'alcool ou de la liqueur en quantité suffisante auquel ils font référence.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Sorbets aux fruits doux				
fraises, framboises, cassis, abricots, ... :				
Sirop				
- eau potable	l	0,50		
- sucre semoule	kg	0,400		
- citron (1 pièce)	kg	0,100		
- sucre inverti (glucose, trimoline)	kg	0,080		
- stabilisateur	kg	0,010		
- pulpe de fruits surgelée sucrée à 10%	kg	1		
Sorbet citron :				
Sirop				
- eau potable	l	1		
- sucre semoule	kg	0,550		
- glucose	kg	0,100		
- stabilisateur	kg	0,005		
- zestes de citrons blanchis	kg	0,050		
- jus de citron frais	l	0,25		
Sorbet pamplemousse :				
Sirop				
- sucre semoule	kg	0,300		
- jus de pamplemousse rose	l	1		
Sorbet ananas :				
Sirop				
- eau potable	l	0,30		
- sucre semoule	kg	0,400		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
- orange (1/2 pièce)	kg	0,080		
- pulpe d'ananas fraîche	l	1		
Finition (facultatif)				
- meringue italienne	kg	0,080		
Sorbet au chocolat :				
Sirop				
- eau potable	l	1		
- sucre semoule	kg	0,125		
- trimoline	kg	0,100		
- stabilisateur	kg	0,005		
- cacao en poudre	kg	0,040		
- couverture à 64%	kg	0,400		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			50 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.
- Laver et désinfecter le poste de travail, le matériel et la sorbetière.
- Utiliser les procédures en place dans l'établissement.

2. Réaliser le sirop - 3 min
- Réunir dans une russe moyenne, l'eau, le sucre semoule, le sucre inverti et le stabilisateur en dernier.
- Porter à ébullition, écumer si nécessaire et refroidir le sirop rapidement.

3. Préparer et mixer les fruits ou les presser selon leur nature - 20 min
- Laver et égoutter soigneusement les fruits.
- Equeuter les fraises, dénoyauter les abricots
- Presser les citrons ou les oranges.
- Mixer, chinoiser ou passer les fruits rouges à la centrifugeuse.

ou
- Utiliser des pulpes ou des jus pasteurisés.

4. Préparer le mix - 5 min
- Mélanger le sirop à la pulpe de fruits (certains professionnels réalisent une pasteurisation du mix en le chauffant à + 65 °C durant une vingtaine de minutes.
- Contrôler la densité du mix. Utiliser un réfractomètre ou peser le mix, le régler entre 16 et 17 °Baumé (soit à 1.1247 /1.1335 D).

5. Sangler ou turbiner le sorbet - 5 min
- Placer les bacs à glace dans le conservateur.
- Turbiner le mix jusqu'à la consistance souhaitée.
- Régler la consistance en ajoutant un peu d'eau minérale si le sorbet est trop sucré ou s'il a du mal à durcir.

6. Débarrasser le sorbet - 10 min
- Le débarrasser dans le bac refroidi, corner les bords, filmer et le réserver à - 18 °C.
- Nettoyer la sorbetière.

7. Dresser - 2 min
- Mouler les sorbets à la cuillère ou façonner des quenelles.
- Dresser en coupes individuelles ou sur assiettes refroidies au préalable.

Les sorbets entrent dans la composition de nombreux entremets glacés (vacherins, fruits givrés, ...).

REMARQUES :
- *Il est fréquent d'accompagner les glaces et les sorbets de petits fours secs (cigarettes russes, tuiles aux amandes, langues de chat, ...).*
- *En règle générale, le principe de la réalisation des sorbets à base de fruits doux repose sur les proportions suivantes : 1 volume de pulpe de fruits pour 1 volume équivalent de sirop à 1.2624 D (30 °B), le mix est amené à la densité de 1.1247/1.1335 D (16/17 °B) puis turbiné.*
  Sirop à 1.2624 D : faire bouillir durant 1 min 1 l d'eau avec 1 kg de sucre et un jus de citron, peser après refroidissement.
  Toutefois il faut tenir compte de la nature des fruits, de leur degré de maturité et de leur acidité, la quantité de sirop peut être selon le cas diminuée ou augmentée.
- *Il est possible de modifier légèrement la teneur en sucre des sorbets aux vins, alcools et liqueurs, leur texture est moins onctueuse et légèrement «pailletée», c'est le principe de la réalisation des granités servis en milieu de repas. L'utilisation de stabilisateur, sucre inverti, glucose atomisé, trimoline, n'est pas obligatoire dans ce cas, il faut turbiner le mix au dernier moment juste avant le service.*
- *Certains professionnels favorisent le foisonnement et l'onctuosité de leurs «sorbets maison» en ajoutant en fin de turbinage une petite quantité de meringue italienne. Ces sorbets sont à consommer immédiatement.*


Sorbets aux fruits

Matériel de préparation :
- 2 plaques à débarrasser
- 1 calotte moyenne
- 1 presse fruits
- 1 centrifugeuse ou 1 moulin à légumes
- 1 chinois étamine
- 1 grande calotte
- 1 passoire à queue
- 1 tamis

Matériel de cuisson :
- 1 russe moyenne

Matériel de dressage :
- coupes ou assiette individuelles
- papier dentelle

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Sorbets alcools et liqueurs				
Sorbet au champagne :				
Sirop				
- eau potable	l	0,40		
- citron (jus et zestes)	kg	0,100		
- orange (jus et zestes)	kg	0,100		
- sucre semoule	kg	0,400		
- sucre inverti	kg	0,040		
- stabilisateur	kg	0,010		
- champagne brut	bt	1		
Sorbet à la liqueur :				
Sirop				
- eau potable	l	0,80		
- citron (jus et zestes)	kg	0,050		
- orange (jus et zestes)	kg	0,100		
- sucre semoule	kg	0,400		
- sucre inverti	kg	0,040		
- stabilisateur	kg	0,010		
- Cointreau ou Grand Marnier ou autres liqueurs à base d'oranges	l	0,25 à 0,30		
Sorbet à la menthe (Jet) :				
Sirop				
- eau potable	l	1		
- citron (1 pièce)	kg	0,100		
- sucre semoule	kg	0,500		
- sucre inverti	kg	0,040		
- stabilisateur	kg	0,010		
- Jet menthe	l	0,25		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			50 min	

SORBETS ALCOOLS ET LIQUEURS

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser le sirop (voir ci-contre)
- Ajouter en dernier le stabilisateur mélangé à un peu de sucre.
- Laisser refroidir.

3. Parfumer le mix
- Lui ajouter le vin, l'alcool ou la liqueur.

4. Turbiner ou sangler le mix
- Vérifier la consistance (trop sucré ou trop riche en alcool, le sorbet a du mal à durcir).
- Ajouter un trait d'alcool ou de liqueur (selon le cas) juste au moment de débarrasser.
- Débarrasser, filmer et mettre en place ou à durcir à - 18 °C.


Assiette de sorbets



NOUGAT GLACÉ, COULIS DE FRAMBOISES

Entremets glacé réalisé à base de meringue italienne allégée de crème Chantilly et additionnée de nougatine concassée, de fruits confits et de fruits secs. Le nougat est servi avec une crème anglaise au miel ou un coulis de framboises.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Meringue italienne				
- œufs (8 blancs)	kg	0,130		
- sel fin	kg	PM		
- sucre semoule pour meringuer	kg	0,040		
Sucre cuit				
- sucre	kg	0,100		
- miel	kg	0,060		
- glucose	kg	0,040		
- eau	l	0,06		
Crème fouettée				
- crème liquide	l	0,40		
Garniture				
- raisins secs	kg	0,040		
- fruits confits moelleux de couleurs variées	kg	0,100		
- noix fraîche	kg	0,040		
amandes entières	kg	0,040		
- noisettes	kg	0,040		
- pistaches	kg	0,040		
- nougatine*	kg	0,150		
- Grand Marnier	l	0,05		
Nougatine*				
- sucre semoule	kg	0,080		
- glucose	kg	0,020		
- amandes hachées	kg	0,050		
- huile d'arachide	l	0,01		
Crème anglaise				
- œufs (4 jaunes)	kg	0,080		
- miel	kg	0,100		
- lait	l	0,50		
- vanille	gousse	1/2		
- cannelle		PM		
- noix de muscade		PM		
- essence de noyaux		PM		
- zestes d'oranges		PM		
Décor				
- feuilles de menthe	botte	1/4		
Coulis de framboises				
- brisures de framboises	kg	0,200		
- sucre glace	kg	0,080		
- citron (1/2 pièce)	kg	0,050		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 35 à 1 h 40 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer la garniture - 10 min
- Laver, blanchir et réhydrater les raisins secs dans un peu de liqueur.
- Découper les fruits confits en cubes réguliers d'1 cm de côté et les mettre à macérer dans le restes de la liqueur.
- Monder si nécessaire les noix, les amandes, les noisettes et les pistaches, les griller légèrement à l'entrée d'un four et les sécher dans une étuve.

3. Réaliser la nougatine - 15 min
- Chauffer les amandes hachées à l'entrée d'un four à 200 °C.
- Faire fondre à feu doux le glucose dans un bassin en cuivre non étamé.
- Ajouter progressivement le sucre en remuant à l'aide d'une spatule.
- Ajouter les amandes lorsque le sucre brille et présente une teinte bien dorée.
- Augmenter la température pour faciliter le mélange.
- Débarrasser immédiatement la nougatine sur le marbre ou sur une plaque à pâtisserie huilée.
- Abaisser et refroidir rapidement la nougatine.
- La concasser et la réserver.

4. Chemiser le moule - 5 min
- Chemiser une terrine de 22/24 cm de long avec un film plastique alimentaire ou du papier sulfurisé.

5. Réaliser la meringue italienne - 20 min *(voir p. 576)*
- Cuire le sucre avec le miel et le glucose à 120/121 °C en lui ajoutant 0,06 l d'eau.
- Monter les blancs dès que la température du sirop atteint 105/110 °C.
- Meringuer les blancs en leur ajoutant 0,040 kg de sucre semoule en milieu de montage.
- Verser progressivement le sucre cuit à 120/121 °C sur les blancs montés.
- Ralentir la vitesse du fouettage et la maintenir jusqu'au complet refroidissement de la meringue.

6. Monter la crème - 10 min
- La monter seulement aux 9/10ème sans la serrer. Elle doit rester souple afin de s'incorporer facilement à la meringue.

7. Réaliser l'assemblage - 5 min
- Dégager la cuve du batteur mélangeur.
- Incorporer délicatement à la meringue italienne les raisins désydratés, les fruits confits macérés, les fruits secs, la nougatine concassée et le Grand Marnier.
- Incorporer progressivement la crème fouettée en soulevant délicatement l'appareil à l'aide d'une écumoire et en donnant 1/8ème de tour à la cuve entre chaque coup d'écumoire.

8. Garnir la terrine - 5 min
- La lisser soigneusement à l'aide d'une spatule métallique.
- Recouvrir d'un film en matière plastique alimentaire.

9. Réserver la terrine dans un conservateur
- La réserver à - 18 °C durant 3 à 4 heures au minimum.
- La sortir du conservateur quelques minutes avant de la servir.

10. Réaliser la crème anglaise - 15 min *(voir p. 544/546)*
- Remplacer le sucre par du miel.
- Lui ajouter un peu de cannelle, du gingembre râpé et de l'essence de noyaux.
- La refroidir rapidement.

11. Réaliser le coulis de framboises - 10 min *(voir p. 559)*

12. Démouler le nougat glacé et le dresser sur assiettes - 10 min
- Le démouler sur une planche à découper recouverte d'un film plastique alimentaire.
- Le détailller en tranches de 2 cm d'épaisseur à l'aide d'un couteau «filet de sole» trempé dans de l'eau chaude.
- Marbrer le fond des assiettes avec la crème anglaise au miel et le coulis de framboises.
- Décorer éventuellement avec des lamelles de fruits frais et des feuilles de menthe.
- Servir immédiatement.



Nougat glacé, coulis de framboises

Matériel de préparation :

- 3 petites calottes
- 1 ramequin
- 1 mixeur
- 1 grande calotte
- 1 chinois étamine
- 1 rouleau à nougatine
- 1 batteur mélangeur, 1 fouet et 2 cuves
- 1 terrine ou 1 moule à nougat glacé

Matériel de cuisson :

- 1 bassin à nougatine
- 1 poêlon à sucre
- 1 plaque à pâtisserie
- 1 sauteuse moyenne
- 1 thermomètre à sucre

Matériel de dressage :

- assiettes de base

OMELETTE NORVÉGIENNE

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser 1,5 l de glace ou de sorbet de parfums divers *(voir réalisation des glaces et des sorbets pages précédentes)*

- Il est possible de superposer plusieurs parfums.

3. Réaliser la génoise

- Utiliser 4 œufs entiers, 0,125 kg de sucre, 0,125 kg de farine et 0,020 kg de beurre, plus 0,020 kg de farine pour le chemisage de la feuille.
- Coucher l'appareil sur une feuille chemisée comme pour la réalisation d'un biscuit roulé.

4. Réaliser le sirop de punchage

- Mettre à bouillir durant 1 min 0,100 kg de sucre avec 0,07 l d'eau (sirop 1.2624 D - 30 °B), refroidir et détendre avec 0,15 l d'alcool ou de liqueur en accord avec le parfum de la glace ou du sorbet.

5. Détailler la feuille de génoise

- La détailler en forme de parallélépipède rectangle d'environ 30 cm de long sur 12 cm de large et 8 cm de haut (1 fond, 2 côtés, 1 dessus et 2 extrémités).

6. Réaliser le montage

- Déposer le fond en génoise sur un carton à entremets posé sur un grand plat long et le puncher copieusement.
- Le recouvrir avec la glace ou le sorbet sur 5 à 6 cm d'épaisseur (si 2 parfums sont utilisés, les séparer par une couche de génoise punchée).
- Enfermer la glace avec les autres morceaux de génoise afin de former un sorte «de caisse», et les puncher avec le reste du sirop.
- Réserver l'omelette dans un conservateur à - 20 °C.

7. Réaliser la meringue spéciale

Méthode française :

- Monter 6 blancs fermes et les meringuer en fin de montage avec 0,150 kg de sucre semoule.
- Ajouter délicatement 3 jaunes d'œufs blanchis avec 0,080 kg de sucre semoule.

Méthode italienne :

- Réaliser 6 blancs d'œufs de meringue italienne avec 0,150 kg de sucre cuit à 120 °C et 0,080 kg de sucre glace pour le meringage des blancs en cours de montage.
- Ajouter 3 jaunes d'œufs et un peu de vanille après refroidissement.

8. Masquer et décorer l'omelette

- La masquer régulièrement avec une spatule métallique.
- Décorer à l'aide d'une poche munie d'une douille cannelée.

9. Colorer l'omelette au four

- La saupoudrer de sucre glace, essuyer les bords du plat, le placer dans un four très chaud (250/260 °C) jusqu'à l'obtention d'une belle couleur dorée. Si nécessaire, parfaire la coloration à l'aide d'un chalumeau (veiller à ne pas placer l'omelette directement sur la sole du four, mais l'isoler de la chaleur directe en la posant sur des plaques doublées ou sur une grille).

PLATS SIMILAIRES

Nougat glacé exotique

- Réaliser un appareil à nougat glacé selon les bases ci-contre.
- Incorporer, au moment de l'assemblage de la meringue italienne et de la crème fouettée, 0,200 kg de pulpe de fruits de la passion et une grosse brunoise de fruits confits exotiques (mangues, abricots de pays, corossol, papayes, pépinos, kiwis, ananas, etc.) macérée dans une liqueur du type Passoa ou Grande Passion.
- Dresser sur un coulis de fruits de la passion ou de maracuja (pulpe de maracuja, pulpe ou gelée d'abricots, jus d'orange et sucre glace).
- Décorer les assiettes avec des lamelles de caramboles, mangues, kiwis, framboises, etc.



Omelette Norvégienne



SOUFFLÉ GLACÉ À LA LIQUEUR

Soufflé glacé réalisé à partir d'un appareil à bombe. Appareil composé de jaunes d'œufs et de sirop rendu mousseux par fouettage et additionné de crème fouettée et de liqueur.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Appareil ou pâte à bombe				
- œufs (8 jaunes)	kg	0,160		
- sucre semoule	kg	0,100		
- eau	l	0,03		
Meringue italienne				
- œufs (8 blancs)	kg	0,260		
- sel fin	kg	PM		
- sucre semoule pour meringuer	kg	0,80		
- sucre pour le sucre cuit à 121 °C	kg	0,300		
- eau	l	0,10		
Crème fouettée				
- crème fleurette	l	0,60		
Parfum				
- liqueur à base d'oranges (Grand Marnier, Cointreau)	l	0,10		
Décor (selon le parfum)				
- sucre glace	kg	0,040		
ou				
- nougatine broyée ou craquelin	kg	0,080		
ou				
- roses et feuilles en sucre cuit ou en pâte d'amandes	pièce	PM		
Coût matières pour 8 couverts				...... €
Coût matières pour 1 couvert				...... €
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION				***1 h 20 min***

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Préparer les moules - 10 min
- Réserver 2 moules à soufflé pour 4 personnes ou 8 ramequins individuels.
- S'assurer de leur parfaite propreté et disposer sur le dessus des cercles à entremets de même diamètre et de 5 à 6 cm de hauteur.
- A défaut de cercles, découper des bandelettes de papier plastifié semi-rigide de 8 à 10 cm de haut.
- Entourer les moules avec les bandelettes et les maintenir avec un élastique.

3. Réaliser l'appareil à bombe - 20 min *(voir p. 581)*
- Cuire le sucre au boulé (120/121 °C) avec le tiers de son poids en eau.
- Clarifier les œufs, déposer les jaunes dans la cuve d'un batteur mélangeur et les blancs dans une autre cuve.
- Refroidir légèrement le sucre cuit, puis le verser petit à petit en un mince filet sur les jaunes en fouettant comme pour monter une génoise.
- Placer la cuve dans un bain-marie (80 à 90 °C maxi) et pocher l'appareil lentement en fouettant énergiquement jusqu'à ce que la tempéraure du mélange atteigne 50/55 °C maximum (l'appareil peut être passé au chinois).
- Sortir la cuve du bain-marie et fouetter l'appareil jusqu'à son complet refroidissement.

4. Réaliser la meringue italienne - 20 min *(voir p. 576)*
- La réaliser durant le refroidissement de l'appareil à bombe.
- Cuire le sucre à 120/121 °C avec le tiers de son poids en eau, l'écumer et placer le thermomètre à sucre.
- Dès que la température du sucre atteint 105/110 °C, commencer à rompre puis à monter les blancs, leur ajouter au départ une petite pincée de sel et les meringuer avec 0,080 kg de sucre en milieu de montage.
- Incorporer petit à petit le sucre cuit sur les blancs montés.
- Fouetter plus lentement la meringue jusqu'à son complet refroidissement.

5. Monter la crème fouettée - 10 min
- Ne pas trop la serrer, la monter aux 9/10ème au maximum pour qu'elle puisse s'incorporer plus facilement à l'appareil.

6. Réaliser l'assemblage - 5 min
- Parfumer l'appareil à bombe avec la liqueur, puis l'incorporer progressivement dans la meringue italienne parfaitement refroidie.
- Soulever délicatement le mélange avec une petite écumoire en tournant le bassin d'1/8ème de tour entre chaque coup d'écumoire.
- Ne pas exagérer le mélange.
- Finir d'incorporer l'appareil à bombe, puis la crème fouettée en dernier.
- S'assurer de l'homogénéité du mélange et le lisser en lui donnant délicatement un tour de fouet circulaire sans faire retomber le mélange.

7. Mouler les soufflés - 8 min
- Garnir les moules ou les ramequins à 4 à 5 cm au dessus des bords.
- Lisser soigneusement à l'aide d'une spatule métallique, filmer et réserver dans un conservateur à - 18 °C durant 4 à 6 heures au minimum.

8. Dresser les soufflés - 2 min
- S'assurer qu'ils soient parfaitement pris mais moelleux à cœur.
- Enlever délicatement les bandelettes de papier ou les cercles (il est possible d'utiliser un chalumeau pour les cercles).
- Saupoudrer le dessus soit avec du sucre glace, soit avec de la nougatine concassée ou du craquelin.
- Disposer les moules ou les ramequins sur des plats ronds recouverts de papier dentelle.

REMARQUES :
- *D'autres parfums peuvent être utilisés (vanille, café, chocolat, praliné, rhum, etc.). Il est d'usage de réserver un peu d'appareil à bombe pour compenser le léger creux qui se forme généralement sur les gros soufflés après congélation.*
- *Dans le cas de l'utilisation de cercles à entremets, il est préférable de garnir séparément les moules et les cercles. Après durcissement au congélateur, placer les cercles garnis sur les moules et décercler.*



Soufflé glacé à la liqueur

Matériel de préparation :

- 1 plaque à débarrasser
- 1 thermomètre à sucre
- 1 ramequin
- 1 petit batteur mélangeur, 1 fouet et 2 cuves
- moules à soufflés ou ramequins individuels
- 1 grande calotte
- 1 fouet à blancs

Matériel de cuisson :

- 1 poêlon à sucre
- 1 grande sauteuse pour le bain-marie

Matériel de dressage :

- plats ronds ou assiettes à entremets
- papier dentelle

PARFAIT GLACÉ PRALINÉ

Appareil à bombe sans meringue italienne réalisé selon une autre méthode dite au sucre cuit.

1. Mettre en place le poste de travail

2. Réaliser un sucre cuit à 125 °C

- Réunir dans un poêlon 0,120 kg de sucre et 0,04 l d'eau et cuire le sucre à 125 °C en observant les précautions d'usage.

3. Clarifier 8 œufs

- Disposer les jaunes dans un bassin semi-sphérique en acier inoxydable et réserver les blancs pour une autre utilisation.

4. Incorporer le sucre cuit aux jaunes d'œufs

- Battre légèrement les jaunes au préalable, puis verser le sucre cuit en un mince filet sur les jaunes sans arrêter de fouetter.
- Passer l'appareil au chinois étamine dans la cuve d'un petit batteur mélangeur.
- Battre l'appareil jusqu'à son complet refroidissement ; il doit devenir onctueux, faire le ruban et présenter la même consistance que l'appareil à génoise.

5. Assouplir 0,120 à 0,150 kg de praliné

- Le travailler vigoureusement sur le marbre à l'aide d'une corne ou d'un coupe-pâte.

6. Monter 0,40 l de crème fouettée

- Ne pas trop la serrer afin qu'elle s'incorpore facilement.

7. Terminer l'assemblage de la pâte à bombe

- Parfumer l'appareil avec le praliné.
- Verser délicatement et progressivement l'appareil sur la crème fouettée.
- Lisser à l'aide d'un fouet.

8. Garnir et sangler les parfaits

- Utiliser des moules spécifiques de forme conique refroidis au préalable.
- Couvrir les moules et les placer dans un conservateur à - 18 °C durant 3 à 4 heures au minimum.

9. Dresser les parfaits

- Les démouler en plongeant les moules durant quelques secondes dans de l'eau tiède.
- Décorer avec de la crème Chantilly en utilisant une poche munie d'une douille cannelée.

REMARQUE : L'appareil à parfait peut être parfumé avec 0,08 l d'alcool, 0,05 l de liqueur, 0,010 kg d'extrait de café liquide et 0,010 kg de café soluble, 0,100 kg de couverture ou 0,040 kg de cacao, etc. Il est utilisé également pour garnir le centre de bombes glacées dont le fond et les parois auront été chemisés de glaces ou de sorbets plus fermes.

PLATS SIMILAIRES

Soufflé glacé aux fruits

- Réaliser une meringue italienne avec 6 blancs d'œufs, 0,200 kg de sucre cuit à 120/121 °C avec 0,07 l d'eau. Ajouter après refroidissement 0,500 kg de pulpe de fruits réduite d'un tiers au bain-marie, quelques gouttes d'extrait ou d'essence de fruits et de colorant (facultatif). Incorporer en dernir 0,40 l de crème fouettée. Mouler et sangler comme les soufflés glacés liqueur. Décorer au moment de servir avec de la crème Chantilly et des fruits de même nature.

Parfait glacé aux fruits

- Réaliser un appareil à bombe avec 8 jaunes d'œufs, 0,120 kg de sucre cuit à 125 °C avec 0,04 l d'eau. Ajouter après refroidissement 0,250 kg de pulpe épaisse de fruits et 0,40 l de crème fouettée. Mouler dans des moules coniques ou utiliser comme garniture moelleuse de bombe glacée.

Exemples de bombes glacées

- **Bombe Alhambra :** moule chemisé de glace vanille et garni d'un appareil à bombe à la fraise. Décorer avec de la crème Chantilly et des fraises macérées au kirsch.
- **Bombe Aïda :** moule chemisé de sorbet à la fraise et garni d'un appareil à bombe au kirsch. Décorer avec de la crème Chantilly et des cerises au marasquin.
- Bombe Créole : moule chemisé de glace aux œufs, rhums et raisins, et garni d'un appareil à bombe au café. Décorer avec de la crème Chantilly et des grains de café à la liqueur.



Soufflé glacé aux fruits



SALADE DE FRUITS

Mélange de fruits frais doux et acides présentés dans un sirop léger parfumé avec un alcool ou une liqueur. Les salades de fruits peuvent être accompagnées de glaces ou de sorbets.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- ananas	kg	0,100		
- bananes	kg	0,300		
- bigarreaux au sirop	kg	0,100		
- fraises	kg	0,200		
- kiwis	kg	0,200		
- pêches	kg	0,300		
- oranges	kg	0,300		
- pommes	kg	0,300		
- poires	kg	0,300		
- citron	pièce	1		
Sirop				
- eau	l	0,20		
- sucre	kg	0,200		
- citron (jus)	pièce	1		
- alcool (facultatif) (kirsch, rhum, marasquin, etc.)	l	0,04		
REMARQUE : D'autres fruits peuvent être utilisés (fruits exotiques) dans ce cas il faut veiller à l'équilibre entre les fruits doux et les fruits acides.				
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			50 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Réaliser le sirop - 5 min
- Réunir dans une russe l'eau, le sucre semoule et le jus de citron.
- Le faire bouillir quelques secondes, l'écumer puis le refroidir rapidement.

3. Préparer les fruits - 15 min
- Laver, éplucher, citronner les poires et les pommes.
- Eplucher et citronner la banane.
- Laver et équeuter les fraises, puis les égoutter soigneusement.
- Monder les pêches.
- Eplucher les kiwis.
- Egoutter et dénoyauter les bigarreaux.
- Egoutter les tranches d'ananas et réserver le sirop.
- Peler à vif les oranges.

4. Découper les fruits - 15 min
- Eliminer les péricarpes et les pépins des pommes et des poires, puis les émincer en lamelles de 3 mm d'épaisseur.
- Emincer les bananes en rondelles de 2 mm d'épaisseur.
- Partager les fraises ou les laisser entières si elles sont petites.
- Couper les pêches en quartiers, retirer le noyau, et émincer les quartiers en lamelles de 3 mm d'épaisseur.
- Emincer les kiwis en rondelles de 2 mm d'épaisseur.
- Couper en petits morceaux les tranches d'ananas.
- Lever les oranges en segments.

5. Terminer la salade de fruits - 5 min
- Dans une grande calotte en inox, réunir tous les fruits découpés et le sirop refroidi ; compléter avec le sirop d'ananas.
- Parfumer éventuellement avec un alcool ou une liqueur.
- Couvrir la calotte d'un film plastique alimentaire et rafraîchir la salade de fruits dans une enceinte réfrigérée.

6. Dresser la salade de fruits - 5 min
- Dresser harmonieusement la salade de fruits dans une jatte.
- Suivant la nature du service, la salade de fruits peut être placée dans un «rafraîchissoir».

REMARQUES :
- *Le sirop peut être partiellement remplacé par un jus frais d'oranges, de fruits de la passion, d'ananas, ...*
- *La salade de fruits entre dans la composition de nombreuses coupes glacées (Alexandra, Jacques ou Jack, tutti-frutti, ...).*
- *Les fruits peuvent être découpés en dés (macédoine de fruits).*



Salade de fruits

Matériel de préparation :

- 3 plaques à débarrasser
- 2 calottes moyennes
- 2 petites calottes
- 1 planche à découper
- 1 dénoyauteur

Matériel de cuisson :

- 1 russe moyenne

Matériel de dressage :

- grande vasque ou grand saladier
- plats ronds plats
- papier dentelle

TULIPES DE FRAISES ROMANOFF

1. Mettre en place le poste de travail

2. Laver, égoutter et équeuter 0,800 kg de fraises très parfumées.

- Les mettre à macérer durant deux heures en enceinte réfrigérée avec 0,050 kg de sucre et 0,08 l de curaçao ou de Cointreau.
- Arroser de quelques gouttes de jus de citron et de quelques râpures de zestes.

3. Réaliser 8 tulipes en appareil à cigarettes

- Crèmer 0,100 kg de beurre doux avec 0,100 kg de sucre glace.
- Ajouter progressivement trois blancs d'œufs (0,100 kg) puis 0,085 kg de farine.
- Dresser des disques de pâte d'environ 15 cm de diamètre sur une plaque beurrée (éventuellement farinée).
- Etaler la pâte à l'aide du dos d'une cuillère ou à l'aide d'un pinceau.
- Cuire au four puis former immédiatement dans de petits moules à brioche.

4. Monter 0,40 l de crème liquide

- La sucrer avec 0,040 kg de sucre glace.

5. Dresser les tulipes de fraises Romanoff

- Garnir les tulipes avec les plus petites fraises.
- Les surmonter d'une belle rosace de crème Chantilly.
- Emincer le plus grosses fraises et les disposer tout autour.
- Surmonter la crème Chantilly d'une petite branche de menthe fraîchement cueillie.



Tulipes de fraises et de fruits rouges Romanoff

PLATS SIMILAIRES

Tulipes de fruits rouges à la crème Chantilly

- Garnir les tulipes avec un mélange de fruits rouges (petites fraises, framboises, myrtilles, mûres, groseilles) soigneusement lavés et égouttés.
- Napper uniformément de sauce «Melba» (coulis de framboises).
- Décorer copieusement avec de la crème Chantilly et l'extrémité d'une petite branche de menthe.

Salade d'oranges aux fruits secs

- Laver, essuyer et canneler des oranges. Les couper en fines rondelles et les faire macérer 1 h dans du marasquin avec des raisins secs et des abricots secs.
- Servir en coupelles décorées de feuilles de menthe.

Compote de fruits

- Pocher les fruits dans un sirop à 1.1247 D ou 16 °B *(voir «Fruits Melba» et «Poires Belle-Hélène»).*
- Laisser refroidir dans le sirop.

Fraises au vin

- Réaliser un sirop avec une bouteille de Morgon ou de Fleury, 0,150 kg de sucre, 1/2 gousse de vanille, les zestes blanchis et le jus d'une orange.
- Plonger les fraises lavées, équeutées et épongées dans le sirop en ébullition.
- Retirer immédiatement du feu, refroidir et laisser macérer durant une douzaine d'heures en enceinte réfrigérée.

Terrine d'agrumes au Sauternes

- Terrine garnie de segments d'oranges et de pamplemousses roses et d'une gelée composée de jus d'orange, de pamplemousse, de vin de Sauternes, de menthe ciselée et de zestes d'agrumes confits.
- Servir avec un coulis d'oranges et accompagner de petites madeleines tièdes.



GRATINÉE D'AUTOMNE AU CALVADOS

Entremets individuel servi chaud, réalisé à partir de pommes caramélisées, de rhubarbe pochée et de mûres. Les fruits sont disposés sur une couche fine de crème d'amandes et nappés d'un appareil à bombe allégé de crème fouettée. Le gratin est obtenu dans un four très chaud et le dessert est accompagné d'une boule de sorbet au cidre.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- pommes (cox's orange ou reine des reinettes)	kg	1		
- citron (1 pièce)	kg	0,100		
- beurre	kg	PM		
- cannelle	kg	PM		
- sucre semoule	kg	0,100		
- calvados	l	0,05		
- mûres	kg	0,300		
- rhubarbe	kg	0,500		
- eau	l	0,50		
- sucre	kg	0,250		
- vanille	gousse	1/2		
Crème d'amandes				
- beurre	kg	0,100		
- sucre glace	kg	0,100		
- amandes en poudre	kg	0,100		
- poudre à flan	kg	0,020		
- œufs entiers (2 pièces)	kg	0,110		
- calvados	l	0,05		
- vanille liquide	l	PM		
Appareil à bombe				
- œufs (8 jaunes)	kg	0,160		
- sucre	kg	0,300		
- eau	l	0,10		
- crème fleurette	l	0,50		
- calvados	l	0,05		
Finition				
- beurre	kg	0,020		
Sorbet au cidre				
- pommes acidulées	kg	0,400		
- citron (1 pièce)	kg	0,100		
- sucre	kg	0,300		
- eau	l	0,10		
- cidre fruité	l	0,75		
- trimoline ou glucose	kg	0,080		
Mini-coupelles en pâte à tulipes		pièce	8	
Décor				
- feuilles de menthe	botte	PM		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			1 h 40 min	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Réaliser le sorbet au cidre - 25 min
- Confectionner une compote avec les pommes, le sucre, la trimoline ou le glucose, l'eau et le jus de citron.
- Détendre la compote avec le cidre et laisser frémir quelques minutes.
- Mixer finement et passer au chinois étamine.
- Refroidir rapidement le mix ou le turbiner immédiatement si la machine le permet.
- Débarrasser le sorbet et le réserver à couvert à - 18 °C dans un conservateur.

3. Préparer les fruits - 20 min
- Laver, effilandrer la rhubarbe et la tronçonner en petits morceaux de 1,5 cm de long.
- Les pocher 3 à 4 min dans un sirop à 1.1247 D vanillé (16 °Baumé). Ils peuvent être blanchis au préalable.
- Laisser refroidir la rhubarbe dans le sirop.
- Rincer les mûres et les égoutter délicatement sur du papier absorbant.
- Eplucher, évider et citronner les pommes.
- Les partager en 6 ou 8 selon leur grosseur.
- Arrondir les arêtes ou les tourner de forme oblongue.
- Les sauter au beurre légèrement noisette, les saupoudrer de sucre et de cannelle.
- Les caraméliser puis les flamber avec le calvados.
- Les maintenir légèrement fermes.
- Débarrasser les pommes et les réserver.

4. Réaliser la crème d'amandes - 10 min *(voir p. 557)*
- La parfumer avec de l'extrait de vanille liquide et du calvados.

5. Réaliser l'appareil à bombe* - 20 min
- Verser petit à petit le sucre cuit à 118/120 °C sur les jaunes.
- Fouetter énergiquement jusqu'à complet refroidissement de l'appareil.
- Parfumer avec 0,05 l de calvados.
- Incorporer délicatement la crème fouettée.
- Réserver l'appareil.

6. Dresser les gratins - 10 min
- Beurrer légèrement 8 petits plats à gratin individuels.
- Disposer au fond de chaque plat une fine couche de crème d'amandes.
- Répartir équitablement la rhubarbe bien égouttée.
- Napper copieusement avec l'appareil à bombe.
- Disposer harmonieusement les pommes en rosace en laissant un petit espace au centre pour la tulipe de sorbet.
- Placer une mûre entre chaque morceau de pomme.

7. Mettre les gratins au four - 5 min
- Les saupoudrer légèrement avec le sucre glace et essuyer soigneusement les bords des plats.
- Les placer dans un four à pâtisserie très chaud (240/250 °C) et à même la sole (pour cuire la crème d'amandes) durant 4 à 5 min.
- Parfaire si nécessaire le glaçage sous la salamandre.

8. Dresser les gratins - 5 min
- Placer les gratins sur assiettes recouvertes de papier dentelle.
- Disposer une belle boule de sorbet au cidre dans une coupelle au centre de chaque plat.
- Décorer éventuellement avec une feuille de menthe.
- Servir immédiatement avec des tuiles aux pommes (lamelles fines de pommes disposées sur une feuille de silpat, saupoudrées de sucre glace et séchées dans une étuve à 80 °C durant 4 à 5 heures).

** **REMARQUE :** Un appareil à bombe plus léger peut être également réalisé. Verser 0,300 kg de sirop à 1.2624 D (30 °B) tiède sur 0,140 kg de jaunes d'œufs. Monter à + 90 °C au bain-marie sans arrêter de fouetter. Refroidir en fouettant au batteur mélangeur, incorporer 0,40 l de crème fouettée et la liqueur (sirop à 1.2624 D (30 °B) = 1 l d'eau, 1,333 kg de sucre, 1 min d'ébullition).*



Gratinée d'automne au Calvados

Matériel de préparation :

- 2 plaques à débarrasser
- 2 calottes moyennes
- 3 petites calottes
- 1 fouet à blancs

Matériel de cuisson :

- 1 sauteuse moyenne
- 1 petite russe
- 1 poêlon à sucre
- 1 poêle ronde

Matériel de dressage :

- petits plats à gratin en porcelaine à feu
- assiettes de base
- papier dentelle

GRATIN DE POIRES AUX AMANDES

Sur un appareil à bombe réalisé à partir d'une crème anglaise.

1. Mettre en place le poste de travail

2. Laver, éplucher, évider et citronner 8 poires de 0,160 kg chacune

- Les partager en 6, les arrondir et les caraméliser en les sautant dans une poêle avec 0,100 kg de beurre et 0,100 kg de sucre.
- Les flamber avec 0,05 l de Williamine.

3. Réaliser un appareil à bombe sur une crème anglaise

- Blanchir 8 jaunes d'œufs avec 0,140 kg de sucre.
- Ajouter 0,30 l de lait bouillant avec 1 gousse de vanille et 0,040 kg de sucre.
- Cuire à la nappe (+ 85 °C à cœur), puis passer la crème anglaise au chinois étamine.
- Battre la crème anglaise énergiquement jusqu'à son complet refroidissement.
- La parfumer avec 0,05 l de Williamine et ajouter délicatement 0,40 l de crème fleurette fouettée.

4. Garnir les plats à gratin

- Les masquer avec une fine couche de crème d'amandes réalisée avec 0,100 kg de beurre en pommade, 0,100 kg de sucre glace, 0,020 kg de poudre à flan, 0,100 kg de poudre d'amandes, 2 œufs entiers et un peu de vanille liquide et de Williamine.
- Napper la crème d'amandes avec l'appareil à bombe.
- Disposer les morceaux de poires en rosace.

5. Mettre les plats au four

- Les gratiner dans un four à pâtisserie très chaud (240/250 °C) durant 4 à 5 min en les plaçant sur la sole.
- Si nécessaire, parfaire le gratin sous la salamandre.
- Disposer les plats sur des assiettes recouvertes de papier dentelle.
- Disposer éventuellement au centre de chaque plat une belle fraise ou une framboise et une feuille de menthe.

PLATS SIMILAIRES

Gratin de fruits rouges sur sabayon au Grand Marnier

- Laver délicatement et égoutter des fraises des bois, des fraises, des framboises, des cerises, des baies de cassis, quelques groseilles à maquereau, etc.
- Les saupoudrer de sucre et les mettre à macérer dans un peu de Grand Marnier et de jus d'orange.
- Les disposer en dôme au centre de grandes assiettes et les napper avec un sabayon parfumé avec de la liqueur de macération de fruits.
- Monter les jaunes d'œufs sur un feu doux et au bain-marie avec un peu d'eau comme pour la réalisation de la sauce hollandaise.
- Battre jusqu'au complet refroidissement, ajouter la liqueur de macération des fruits et incorporer délicatement de la crème Chantilly.
- Napper les fruits rouges et les gratiner sous la salamandre.
- Décorer ou festonner les bords des assiettes avec des lamelles fines de kiwi et de fraise. Il peut être accompagné de sorbet fraise ou framboise, et peut se faire également avec un mélange de fruits rouges et d'agrumes (pamplemousse rose, orange, etc.).



Gratin de fruits au Grand Marnier



MACARONS CAFÉ / CHOCOLAT

Petits gâteaux secs à base de poudre d'amandes, de sucre et de blancs d'œufs. Les macarons peuvent être parfumés au café, au chocolat et colorés en vert ou en rose pâle selon la crème de fourrage.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Macarons au café :				
Eléments de base				
- amandes en poudre	kg	0,125		
- sucre glace	kg	0,255		
Meringue				
- blancs d'œufs frais	kg	0,100		
- blancs d'œufs déshydratés	kg	0,005		
- sucre semoule	kg	0,030		
- extrait de café liquide	l	PM		
Crème de fourrage				
- crème mousseline au café	kg	0,100		
Macarons au chocolat :				
Eléments de base				
- amandes en poudre	kg	0,125		
- sucre glace	kg	0,255		
- cacao en poudre	kg	0,25		
Meringue				
- blancs d'œufs frais	kg	0,100		
- blancs d'œufs déshydratés	kg	0,005		
- sucre semoule	kg	0,030		
Crème de fourrage				
- crème mousseline au chocolat	kg	0,100		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			*45 min*	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON : • pour les petits • pour les gros			*9 min* / *12/13 min*	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.
- Peser et mesurer les denrées.

2. Tamiser le mélange de base - 2 min
- Tamiser le mélange poudre d'amandes, sucre glace pour les macarons au café, ou poudre d'amandes, sucre glace et cacao pour les macarons au chocolat.
- Réserver le mélange à la température ambiante (le mélange se tamise à l'avance pour absorber l'humidité).

3. Réaliser la meringue - 10 min
- Monter les blancs d'œufs au batteur mélangeur.
- Ajouter la moitié du sucre en milieu de montage.
- Serrer les blancs en fin de montage avec le reste du sucre.
- Lisser l'appareil à la spatule.

4. Terminer l'appareil à macarons - 3 min
- Incorporer délicatement et progressivement le mélange de base en soulevant la masse à l'aide de la spatule.
- Travailler l'appareil jusqu'à ce qu'il retombe légèrement et devienne lisse et brillant.

5. Coucher les macarons - 10 min
- Les coucher à la poche munie d'une douille ronde unie sur une plaque à pâtisserie recouverte d'une feuille de papier cuisson.
- Tapoter la plaque si nécessaire pour arrondir les petits dômes, ils doivent être lisses sans laisser apparaître de petites pointes d'appareil.

6. Marquer les macarons en cuisson - 5 min
- Doubler les plaques.
- Enfourner à 230 °C et réduire aussitôt la température à 200 °C vapeur ouvert (il ne faut surtout pas de vapeur).
- Cuire durant environ 9 min pour les petits et 12/13 min pour les plus gros.
- Débarrasser les macarons sur grille et les laisser refroidir.

7. Garnir les macarons - 10 min
- Les garnir avec 0,003 kg de crème de garniture (crème mousseline ou au beurre, au café, au chocolat, à la pistache selon le parfum des macarons). La masse proposée procure 70 demi-macarons soit 35 terminés.



Présentation de macarons



Assiette de petits fours secs

Matériel de préparation :
- 1 tamis à farine
- 1 plaque à débarrasser
- 1 petit batteur mélangeur
- 1 fouet et 1 cuve
- 1 poche et 1 douille ronde unie
- 1 grille à pâtisserie

Matériel de cuisson :
- 1 plaque à pâtisserie
- papier cuisson

Matériel de dressage :
- plats plats ou assiettes de base
- papier dentelle

TUILES AUX AMANDES

DENRÉES pour 60 TUILES environ

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- amandes effilées ou concassées	kg	0,200		
- sucre glace ou sucre semoule	kg	0,200		
- farine type 55	kg	0,050		
- œufs entiers (2 pièces)	kg	0,110		
- œufs (2 blancs)	kg	0,066		
- beurre	kg	0,050		
- vanille		PM		
- beurre pour les plaques	kg	0,040		

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2. Réaliser l'appareil
- Réunir dans une calotte les amandes, le sucre et la farine tamisée.
- Ajouter les œufs légèrement battus à la fourchette.
- Mélanger le tout délicatement à l'aide d'une spatule en exoglass.
- Ajouter quelques gouttes d'extrait de vanille et le beurre fondu refroidi.
- Le mélange du beurre fondu doit être réalisé seulement au moment de l'utilisation, il protège l'appareil et évite le dessèchement en surface.
- Couvrir la calotte et laisser reposer l'appareil une trentaine de minutes.
- Nettoyer soigneusement les plaques à pâtisserie et les beurrer légèrement avec un pinceau.
- Disposer en quinconce à l'aide d'une cuillère, une vingtaine de petits tas d'appareil par plaque.
- Les aplatir à l'aide d'une fourchette mouillée.
- Bien régulariser la forme et répartir uniformément les amandes.
- Cuire les tuiles au four à 220 °C.
- Les décoller et les retourner à l'aide d'un triangle, puis les courber immédiatement dans une gouttière.
- Les réserver dans une boîte hermétique à l'abri de l'humidité.

PALETS DE DAME, PALETS AUX RAISINS LANGUES DE CHAT

DENRÉES pour 120 PALETS environ

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Appareil à palets de dame				
Base				
- beurre	kg	0,200		
- sucre glace	kg	0,200		
- œufs entiers (4 à 4,5 pièces)	kg	0,240 à 0250		
- farine type 55	kg	0,200 à 0,250		
- vanille		PM		
- beurre pour les plaques	kg	0,040		
Appareil à palets aux raisins idem appareil à palets de dame, ajouter :				
- raisins de Smyrne ou de Corinthe	kg	0,100		
- rhum ambré	1	0,10		

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail
- Peser, mesurer et contrôler les denrées.
- Tempérer les ingrédients en les maintenant quelques heures à l'avance à la température du laboratoire.

2. Réaliser l'appareil
- Travailler le beurre en pommade dans une calotte, puis ajouter le sucre glace et crémer l'ensemble à l'aide d'un fouet.
- Selon les petits fours à réaliser, incorporer progressivement les œufs tempérés, ou les œufs et le lait.
- L'appareil doit rester absolument lisse et homogène. S'il tend à se dissocier (grainer), commencer à ajouter un peu de farine.
- Ajouter la farine tamisée, et l'incorporer à l'aide d'une spatule en exoglass. Ne pas trop travailler l'appareil, mélanger intimement la farine de manière à ne pas la corser.
- Parfumer l'appareil avec quelques gouttes d'extrait de vanille, et ajouter la garniture s'il y a lieu (raisins macérés dans du rhum, noisettes hachées, noix de coco râpée...).

3. Corner et couvrir la calotte.

4. Coucher les petits fours
- Coucher des petits tas d'appareil sur les plaques légèrement beurrées, en utilisant une poche munie d'une douille unie d'1 cm de diamètre et de 5 mm pour les langues de chat.
- Taper les plaques pour bien étaler l'appareil.

(Suite page suivante)

Petits fours secs (macarons, cigarettes russes, palets aux raisins, langues de chat, tuiles aux amandes, sablés diamants)

DENRÉES pour 100 LANGUES DE CHAT environ

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- beurre	kg	0,200		
- sucre glace	kg	0,250		
- blancs d'œufs	pièce	7 à 8		
- farine type 55	kg	0,250		
- sel fin	kg	PM		
- beurre pour les plaques	kg	0,040		

(Suite de la page précédente)

5. Cuire les petits fours

- Cuire les palets ou les langues de chat au four à 220 °C. Après cuisson, ils doivent présenter une petite couronne plus foncée sur le pourtour.
- Décoller et refroidir les palets ou les langues de chat sur plaque.
- Ils peuvent aussi être glacés (1).

(1) Glacer un petit four consiste à lui donner un aspect brillant en le lustrant avec un mélange de sirop et de glucose, ou en le gommant avec de la gomme arabique fondue au bain-marie.

LES CIGARETTES

DENRÉES pour 60 CIGARETTES environ

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- beurre	kg	0,200		
- sucre glace	kg	0,200		
- œufs (6 blancs)	kg	0,200		
- farine type 55	kg	0,150		
- vanille		PM		
- beurre pour les plaques	kg	0,040		

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Coucher des cigarettes

- Coucher des petits tas d'appareil sur les plaques beurrées, en utilisant une poche munie d'une douille ronde unie de 7 mm de diamètre.
- Les coucher en quinconce, à raison d'une vingtaine de cigarettes par plaque (ne pas les serrer).
- Etaler l'appareil en tapant fortement la plaque sur le plan de travail ou sur une planche à découper.

2. Cuire les cigarettes

- Les cuire au four à 210/220 °C.
- Les cigarettes doivent être blondes, et présenter une couronne plus foncée sur le pourtour.
- Les décoller à l'aide d'un triangle, puis les rouler immédiatement à l'entrée du four sur une petite tige en acier inoxydable.

SABLÉS DIAMANTS

DENRÉES pour 24 SABLÉS environ

	Unités	Quantités	Prix unitaire H.T.	Prix total H.T.
Eléments de base				
- beurre extra-fin	kg	0,150		
- sucre glace	kg	0,075		
- œufs (2 jaunes)	kg	0,040		
- farine	kg	0,200		
- vanille extrait liquide	l	PM		
Finition				
Dorure				
- œuf entier (1 pièce)	kg	0,055		
- sucre cristallisé	kg	0,160		
- beurre pour les plaques	kg	0,040		



Sablés diamants

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail

- Peser, mesurer et contrôler les denrées.

2. Réaliser l'appareil

- Ramollir le beurre dans une calotte à l'aide d'une spatule.
- Ajouter le sucre glace et crémer l'ensemble, puis ajouter les deux jaunes d'œufs et l'extrait de vanille liquide.
- Incorporer la farine de manière à obtenir une pâte ferme.
- Eviter de travailler la pâte qui risquerait de prendre du corps.
- Rouler la pâte dans du papier sulfurisé de la forme d'un cylindre de 4 cm de diamètre.
- Raffermir le cylindre en enceinte réfrigérée ou dans un conservateur.

3. Terminer et détailler les sablés diamants

- Passer le cylindre successivement dans l'œuf battu et dans le sucre cristallisé.
- Bien faire adhérer le sucre.
- Détailler le cylindre en rondelles régulières de 5 à 6 mm d'épaisseur.

4. Cuire les sablés diamants

- Les cuire à 200/220 °C sur plaques beurrées doublées.



Crèmes brûlées à la cassonade



Profiteroles au chocolat



Cygne chantilly, coulis de framboises



Aumônière aux fruits rouges et à la menthe



Charlotte aux fraises, vanille et chocolat



Mille-feuille aux poires et au caramel

DESSERTS SUR ASSIETTE



Charlotte à la mangue et aux fruits de la passion



Entremets au chocolat et aux avelines caramélisées, coulis de framboises



Succès praliné aux noisettes caramélisées



Mini forêt noire aux griottes



Polka aux framboises



Vacherin aux fruits rouges

DOCUMENTS D'ÉVALUATIONS B.E.P. ET C.A.P.

En situation d'évaluation n° 2, le candidat au B.E.P. doit compléter une fiche technique de fabrication différente du sujet de production culinaire.

Le candidat au C.A.P. doit compléter en plus de la fiche d'évaluation quantitative et qualitative des produits, une fiche d'organisation indiquant de façon chronologique et cohérente les différentes phases des préparations à réaliser.

Vous trouverez en page suivante, un exemple de fiche technique de fabrication à compléter.

Complétez les rubriques suivantes (pour 8 couverts) :

- denrées,
- unités,
- quantités,
- techniques de réalisation.



TARTE AUX POMMES

Responsable : Pâtissier



Explication commerciale :
Tarte réalisée en pâte brisée sucrée, masquée de marmelade de pommes et de pommes reinettes émincées. Elle peut être servie tiède.

DENRÉES POUR 8 COUVERTS

	Unités	*Quantités*	*Prix unitaire H.T.*	*Prix total H.T.*
Pâte brisée				
- farine	kg			
- sucre semoule	kg			
- sel	kg			
- beurre extra fin	kg			
-	pièce			
-	l			
- farine (pour abaisser)	kg			
- beurre (pour le cercle)	kg			
Compote (marmelade)				
-		0,600		
- citron	pièce	1/2		
- sucre semoule	kg	0,040		
Garniture				
- pommes (reinettes)		0,600		
- citron	pièce	1/2		
Dorure				
- œuf (1 entier)	kg			
Finition				
- nappage abricot	kg	0,140		
Coût matières pour 8 couverts			...... €	
Coût matières pour 1 couvert			...... €	
DURÉE MOYENNE DE PRÉPARATION			***1 h 15 min***	
DURÉE MOYENNE DE CUISSON			***30 à 35 min***	

TECHNIQUE DE RÉALISATION

1. Mettre en place le poste de travail - 5 min
- Denrées, matériels de préparation, de cuisson et de dressage.

2. Confectionner la pâte brisée - 15 min

....
....
....
....
....
....
....
....
....
....

3. Eplucher et citronner les pommes - 10 min

4. Confectionner la compote (marmelade) - 10 min
- Détailler la moitié des pommes en quartiers, puis les émincer en lamelles épaisses.
- Mettre les pommes dans une russe ou dans une sauteuse, ajouter le sucre et un peu d'eau.
- Cuire la compote doucement et à couvert.
- Bien dessécher la compote sur le feu à l'aide d'une spatule, puis la passer au tamis ou au mixeur.
- La laisser refroidir

5. Foncer la tarte - 10 min
- Beurrer le cercle.
- Abaisser la pâte à 3 mm d'épaisseur à l'aide d'un rouleau à pâtisserie.
- Foncer le cercle, relever les crêtes et les chiqueter à l'aide d'une pince à tarte.
- Disposer le «fond de tarte» sur une plaque à pâtisserie ronde et le piquer légèrement à l'aide d'une fourchette.

6. Garnir la tarte - 15 min
- Masquer le fond de la tarte avec la compote refroidie.
- Couper les pommes en 2 dans le sens de la verticale, puis les émincer finement en demi-lamelles de 1 à 2 mm d'épaisseur.
- Disposer harmonieusement en rosace les lamelles de pommes sur la compote en les chevauchant.
- Dorer à l'œuf (facultatif).

7. Marquer la tarte aux pommes en cuisson - 3 min
- Cuire la tarte aux pommes au four à 200 °C pendant 30 à 35 min.
- Retirer le cercle et passer de la dorure sur la pâte aux 2/3 de la cuisson de la tarte.
- Débarrasser la tarte aux pommes sur une grille à pâtisserie.

8. Napper la tarte aux pommes (lustrer) - 5 min
- Chauffer le nappage dans une petite sauteuse et le détendre si nécessaire avec un peu de sirop.
- Lustrer délicatement la tarte à l'aide d'un pinceau.

9. Dresser la tarte aux pommes - 2 min
- Dresser la tarte aux pommes sur un grand plat rond recouvert d'un papier dentelle.

FICHE D'ORGANISATION

Indiquez de façon chronologique et cohérente les différentes phases des préparations à réaliser

Nom et Prénom du candidat :

....

....

Intitulé des préparations :

1. ....

2. ....

Progression :

8 h ou 14 h		....
	15	....
	30	....
	45	....
9 h ou 15 h		....
	15	....
	30	....
	45	....
10 h ou 16 h		....
	15	....
	30	....
	45	....
11 h ou 17 h		....
	15	....
	30	....
	45	....
12 h ou 18 h		....
	15	....
	30	....
	45	....
13 h ou 19 h		....
	15	....
	30	....
	45	....

Observations :

....

....

....

....

....

....

....

Photocopiez ce document et utilisez-le pour préparer chaque séance de T.P. ou d'A.P.S. (Activités Professionnelles de Synthèse).
Extrait du repère pour la formation B.E.P. - C.A.P.

RÉFÉRENTIEL DES TECHNIQUES ET PRÉPARATIONS DE BASE

Evaluez vous-même votre progression en cochant la case correspondante.

Le repére pour la formation B.E.P. des métiers de la restauration et de l'hôtellerie et C.A.P. cuisine, précise trois niveaux de difficultés pour les techniques et les préparations de base.
En se référant au C.AP. et au B.E.P., l'identification des techniques et des préparations de base est signalée comme suit :

- **A : Techniques et préparation de base simples**
- **B : Techniques et préparation de base moyennement complexes ou intermédiaires**
- **C : Techniques et préparation de base complexes**

Cette classification permet de proposer des séances de travaux pratiques et des sujets d'évaluation équilibrés en difficultés et en durée de réalisation.

ÉPLUCHAGE DES FRUITS ET DES LÉGUMES		Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
AU COUTEAU D'OFFICE	Ail	A				40
	Betteraves rouges	A				49
	Brocolis	A				79
	Choux de Bruxelles	A				78
	Choux blancs	A				74
	Choux-fleurs	A				81
	Choux rouges	A				75
	Chicorée frisée	A				138
	Chicorée scarole	A				137
	Céleri-rave	A				63
	Champignons de Paris	A				66
	Echalotes	A				91
	Endives	A				71
	Laitue	A				137
	Fenouil	A				96
	Mâche	A				138
	Oignons petits	A				115
	Oignons gros	A				112
	Poireaux	A				116
	Radis	A				136
	Pissenlit	A				137
	Navets	A				107
AU COUTEAU FILET DE SOLE (peler à vif)	Citrons	A				143
	Oranges	A				143
	Pamplemousses	A				143
AU COUTEAU ÉCONOME	Asperges	A				45
	Aubergines	A				47
	Carottes	A				54
	Cardes	A				50
	Céleri branche	A				61
	Courgettes	A				86
	Concombres	A				83
	Pommes de terre	A				125
	Salsifis	A				139
	Pommes fruit	A				150
	Poires	A				149

T.M. : *Techniques maîtrisées* • T. à R. : *Techniques à revoir.*

ÉPLUCHAGE DES FRUITS ET DES LÉGUMES *(suite)*		Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
ECOSSER	Fèves	A				**105**
	Petits pois	A				**121**
	Haricots secs	A				**104**
EFFILER	Haricots verts	A				**102**
EFFILANDRER	Céleri branche	A				**62**
	Cardon	A				**53**
	Fenouil	A				**96**
	Blettes	A				**51**
	Artichauts	A				**44**
MONDER	Poivrons	B				**123**
	Tomates	A				**318**
	Amandes	B				
	Châtaignes	B				**106**
	Noix	B				
	Noisettes	B				
	Pêches	B				
	Pistaches	B				
	Raisins	B				**152**
EQUEUTER	Cerfeuil (pluches)	A				**100**
	Cresson	A				**89**
	Epinards	A				**94**
	Oseille	A				**95**
	Persil	A				**98**
CANNELER	Oranges et citrons	A				**144**
HISTORIER	Agrumes	A				**145/147**

ATTENTION ***Tous les légumes sans exception sont parfaitement lavés avant utilisation. Les légumes consommés crus sont soigneusement lavés, décontaminés et parfaitement rincés (voir page 12).*** ATTENTION

TAILLAGE DES LÉGUMES			Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
AU COUTEAU EMINCEUR OU AU COUTEAU FILET DE SOLE	**BÂTONNETS**	Pommes allumettes	A				**126**
		Pommes mignonnettes	A				**127**
		Pommes pont-neuf	A				**128**
		Carottes (jardinière)	A				**55**
		Navets (jardinière)	A				**108**
		Haricots verts	A				**103**
	ÉMINCER	Carottes (paysanne)	A				**58**
		Céleri branche	A				**62**
		Champignons	A				**68**
		Choux	A				**77**
		Concombres	A				**84**
		Echalotes	A				**92**
		Navets	A				**109**
		Pommes de terre	A				**130**
		Poireaux	A				**118**
		Oignons	A				**113**
EMINCEUR OU FILET DE SOLE	**JULIENNE ET CHIFFONNADE**	Carottes	A				**55**
		Céleri	A				**64**

TAILLAGE DES LÉGUMES *(suite)*			Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
EMINCEUR OU FILET DE SOLE (suite)	JULIENNE ET CHIFFONNADE	Champignons	A				69
		Choux blancs	A				77
		Choux rouges	A				77
		Jambon	A				
		Navets	A				108
		Poireaux	A				118
		Laitue	A				
		Oseille	A				95
	CISELER	Echalotes	A				93
		Oignons	A				114
	DÉS	Haricots verts	A				103
		Navets (macédoine)	A				109
		Carottes	A				56
		Pommes de terre	A				128
		Oignons	A				114
CONCASSER	Persil		A				99
	Tomates		A				319
HACHER	Persil		A				99
	Champignons		A				70
	Ail		A				41
ESCALOPER	Champignons		A				68
	Artichauts		A				42
TAILLER À LA MANDOLINE	Pommes chips		A				129
	Pommes gaufrettes		A				130
	Pommes en rondelles		A				130
	Pommes paille		A				126
	Julienne de légumes		A				108

TOURNAGE		Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
AU COUTEAU D'OFFICE	Pommes cocotte	B				132
	Pommes «navarin»	B				132
	Pommes à l'anglaise	B				133/134
	Pommes vapeur	B				133/134
	Pommes château	B				135
	Pommes fondantes	B				135
	Carottes	B				59
	Navets	B				110
	Champignons	C				70
	Artichauts	C				44
A LA CUILLÈRE À LÉGUMES	Avocat	B				
	Melon	B				148
	Carottes	B				60
	Navets	B				
	Pommes noisettes	B				131
	Pommes parisienne	B				131

HABILLAGE		Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
POISSONS PLATS	Barbue	B				171
	Sole	B				165
	Turbot	B				171
POISSONS RONDS	Merlan	B				155
	Truite	B				155
	Colin	B				159
	Cabillaud	B				155
VOLAILLES	Canard	B				250
	Pintadeau	B				237
	Poulet	B				237

BRIDAGE		Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
A 1 OU 2 BRIDES	Pintadeau (pour rôtir)	B				242
	Poulet pour rôtir	B				242
EN ENTRÉE	Poulet (pour poêler)	B				241
	Caneton (pour poêler)	B				241

DÉCOUPAGE À CRU DES VOLAILLES		Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
POUR GRILLER	Découper à cru un poulet en quatre morceaux	C				246
EN CRAPAUDINE	Préparer une volaille pour griller «à l'américaine»	C				248
EN QUARTIERS	Préparer une volaille pour griller «en crapaudine»	C				250
SUPRÊMES	Préparer des suprêmes de canard	B				253
EN 6 OU 8	Préparer des jambonnettes	B				253
	Découper un lapin	C				254
	Préparer des abattis	B				252

FILETAGE DES POISSONS		Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
POISSONS PLATS	Barbue	C				174
	Sole	C				167
	Turbot	C				174
	Désarêter un poisson plat pour farcir :					
	- Sole	C				170
	- Turbot	C				176
POISSONS RONDS	Merlan	C				156
	Colin	C				160
	Lieu	C				156

DÉCOUPAGE DES POISSONS		Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
DARNES	Colin	B				**161**
	Saumon	B				**162**
TRONÇONS	Colin	B				**161**
	Turbot	B				**172**

PRÉPARER DES CRUSTACÉS et COQUILLAGES		Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
PRÉPARER	Tronçonner un homard	C				**178/179**
	Châtrer des écrevisses	C				**179**
OUVRIR	Huîtres creuses	C				**181**
	Huîtres plates	C				**182**
	Praires, palourdes, vernis, amandes	C				**182**
	Coquilles Saint-Jacques	C				**183**
	Moules	C				**184/185**
	Oursins	C				**185**

DÉCOUPAGE ET PRÉPARATION DE LA VIANDE		Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
AGNEAU MOUTON	Découper un agneau entier	C				**208**
	Préparer un gigot	B				**210**
	Désosser un gigot	C				**212**
	Préparer une épaule d'agneau	B				**213**
	Préparer un carré d'agneau	C				**214**
	Détailler des côtelettes	B				**216**
	Détailler des côtes	B				**217**
	Préparer une selle anglaise	C				**217**
	Tailler des lambs et des mutton-chops	B				**218**
	Désosser une selle d'agneau	C				**219**
	Farcir une selle d'agneau	C				**220**
	Tailler des noisettes d'agneau	C				**220**
BŒUF	Préparer un filet de bœuf	C				**221**
	Détailler un filet de bœuf	B				**222**
	- Tailler des chateaubriands	B				**222**
	- Tailler des tournedos	B				**222**
	Préparer une côte de bœuf	B				**222**
	Préparer un contre-filet	C				**223**
	Détailler un contre-filet	B				**224**
VEAU	Préparer une noix de veau	C				**225**
	- Tailler des escalopes	B				**225**
	- Tailler des paillardes	B				**225**
	Préparer un carré de veau	C				**226**
	- Détailler un filet de veau	B				**226**
PORC	Préparer un carré de porc	C				**226**
	- Tailler une côte de porc	B				**228**
PRÉPARATIONS DE BOUCHERIE	Piquer un filet de bœuf et un médaillon de veau	C				**229**
	Barder une pièce de viande	B				**230**
	Larder une pièce de viande	C				**230**
	Récupérer et dégorger de la moelle	B				**231**
ABATS	Préparer des ris de veau	C				**233**
	Préparer des rognons	C				**233**
	- de veau	C				**233**
	- d'agneau	C				**234**
	Dégorger et limoner des cervelles d'agneau	C				**235**

FONDS, ÉLÉMENTS DE LIAISON ET SAUCES DE BASE		Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
FONDS	Réaliser un fond brun (veau, volaille)	B				**258/260**
	Réaliser un fumet de gibier	C				**262**
	Réaliser un fond blanc (veau, volaille)	B				**264**
	Réaliser un fumet de poisson	B				**266**
	Marquer une marmite	B				**269**
	- Clarifier une marmite	C				**272**
	Réaliser une glace de viande	B				**275**
ÉLÉMENTS DE LIAISON	Roux blanc	B				**281**
	Roux blond	B				**281**
	Roux brun	B				**281**
	Fécule diluée	B				
	Liaison aux jaunes d'œufs	C				**285**
	Liaison au sang	C				**464**
	Liaison par réduction	B				**369**
SAUCES DE BASE CHAUDES	Sauce espagnole	B				**276**
	Sauce demi-glace	C				
	Fond brun de veau lié	B				**278**
	Velouté de veau	B				**282**
	Velouté de volaille	B				**282**
	Velouté de poisson	B				**282**
	Sauce vin blanc par réduction	C				**369**
	Sauce vin blanc à glacer	C				**371**
	Sauce vin rouge	C				**742**
	Sauce béchamel	A				**286**
	Sauce tomate	A				**289**
	Sauce américaine	C				**292**
SAUCES ÉMUL. INSTABLES FROIDES	Sauce vinaigrette et sauces dérivées	A				**298**
	Coulis de tomate	A				**299**
SAUCES ÉMUL. STABLES FROIDES	Sauce mayonnaise et sauces dérivées	A				**300**
SAUCES ÉMUL. INSTABLES CHAUDES	Beurre fondu	C				**304**
	Beurre blanc et beurres émulsionnés dérivés	C				**306**
SAUCES ÉMUL. SEMI-COAGULÉES	Sauce hollandaise et sauces dérivées	C				**308**
	Sauce béarnaise et sauces dérivées	C				**312**

PRÉPARATIONS DE BASE, APPAREILS ET FARCES		Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
APPAREILS ET FARCES	Réaliser un colorant vert végétal	C				**315**
	Réaliser une Duxelles sèche	B				**316**
	- Duxelles à farcir	C				**317**
	Réaliser une fondue de tomates	B				**320**
	Réaliser un appareil à pommes Duchesse	A				**322**
	Réaliser une farce mousseline	C				**325**
	- Réaliser des paupiettes de poisson	C				**328**
	- Réaliser une panade à la crème	C				**329**
	Réaliser une farce à gratin	C				**330**
	Réaliser des marinades	A				**332**
	- crues	A				**332**
	- cuites	A				**334**
	- instantanées	A				**335**
	Réaliser des courts-bouillons et des nages	A				**336**
	Réaliser des beurres composés	A				**340**
	Paner à l'anglaise	A				**342**

PRÉP. DE BASE, APPAREILS ET FARCES *(suite)*		Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
GARNITURES AROMATIQUES	Réaliser un bouquet garni	A				356
	Réaliser une matignon	A				358
	Réaliser une mirepoix	A				358
	Clouter un oignon	A				357
	Caraméliser des demi-oignons	A				270

TECHNIQUES DIVERSES	Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
Détailler du pain de mie	A				344
Plier des serviettes	B				346
- Réaliser des gondoles	C				346
Réaliser des fleurs en légumes	C				348
Casser des œufs	A				204
- Clarifier des œufs	A				204
- Confectionner de la dorure	A				205
Beurrer une plaque à pâtisserie ou un moule	A				351
- Chemiser une plaque à pâtisserie ou un moule	A				353
- Chemiser un ramequin	A				354
- Chemiser un cercle à entremets	C				355
- Chemiser un saladier	A				355
Concasser du poivre en grains (mignonnette)	A				400

CUISSONS			Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
POCHER DÉPART LIQUIDE FROID	Veau	Blanquette	A				360
	Poisson	Au court-bouillon	A				363
		Darnes ou filets à «l'eau de sel»	A				364
		Eau salée citronnée et lait	A				366
		À court-mouillement ou braiser à court-mouillement	C				367
	Légumes	Cuire des pommes à l'anglaise	A				372
		Cuire des légumes secs	B				374
POCHER DÉPART LIQUIDE BOUILLANT	Légumes	Cuire des légumes verts à l'anglaise	A				376
		Blanchir des épinards	A				377
	Féculents	Cuire du riz «créole»	B				378
		Cuire du riz pilaf	B				379
		Cuire du riz au lait	B				381
		Lier du riz au lait	B				382
		Cuire des pâtes fraîches	B				383
		Cuire des pâtes industrielles	B				384
	Fruits	Pocher des fruits au sirop	A				386
	Abats	Cuire des abats dans un blanc	B				387
	Légumes	Cuire des légumes dans un blanc	B				388
		Cuire des champignons «à blanc»	B				390
CUISSONS DIVERSES	Cuire à la vapeur		B				391
	Etuver des légumes		B				391
	Cuire sous vide		C				392
	Cuire des légumes à la grecque		B				394
	Glacer des petits légumes à blanc		B				395
	Glacer des petits oignons à brun		B				397
CUISSON DES ŒUFS	Avec coquille	A la coque	A				188
		Mollets	A				189
		Durs	A				190
	Hors coquille	Pochés	A				192
		Frits	C				198
		Au plat	A				195
		En cocotte	A				194
		Sautés	C				197

CUISSONS *(suite)*			Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
	Hors coquille et mélangés	Brouillés	B				200
		Omelettes plates	C				201
		Omelettes roulées	C				201
		Omelettes fourrées	C				
SAUTER	Bœuf	Petites pièces de viande rouge	C				398
		Entrecôte bordelaise	C				398
		Steak au poivre	C				400
	Veau	Petites pièces de viande blanche	C				402
		Escalopes à la crème	C				402
	Porc	Côtes de porc charcutière	C				404
	Volaille	Poulet sauté à blanc	C				406
		Poulet sauté à brun	C				408
		Suprêmes de volaille	C				410
	Poissons	Poissons portions façon «meunière»	B				412
		Filets de poisson sautés	B				415
		Filets de poisson panés à l'anglaise	B				415
	Légumes	Champignons sautés	B				416
		Pommes de terre sautées	B				417
		Pommes de terre rissolées	B				418
GRILLER	**Installer un poste de travail à la grillade**		A				420
	Bœuf	Petites pièces de viandes rouges	C				421
	Porc / Veau	Petites pièces de viandes blanches	B				423
	Volaille	Volailles entières	B				424
	Poissons	Darnes, «steaks», tronçons	C				429
		Poissons portions	C				427
		Poissons épais	C				430
	Légumes	Champignons et tomates	B				431
RÔTIR	Bœuf	Grosses pièces de viandes rouges	B				432
	Agneau	Carrés d'agneau	B				434
		Persiller des carrés d'agneau	B				436
		Selle d'agneau	B				436
		Gigot d'agneau	B				437
	Volaille	Rôtir des volailles	B				439
POÊLER	Veau	Grosses pièces de viandes blanches	C				443
	Volaille	Grosses pièces de volailles	C				445
	Gibier	Cuissot de jeune sanglier	C				448
FRIRE	**Installer un poste de travail à la friture**		A				450
	Abats	Fritots	B				451
	Poissons	Poissons portions	B				452
	Légumes	Pommes allumettes et pont-neuf	B				454
		Pommes paille, chips, gaufrettes	B				456
	Fruits	Beignets sucrés	C				457
CUIRE EN RAGOÛT	Réaliser un ragoût à brun		C				459
	Réaliser un ragoût à brun avec liaison au sang		C				462
	Réaliser une fricassée ou ragoût à blanc		C				465
BRAISER	Braiser à brun des jambonnettes de volaille		C				468
	Braiser des abats blancs		C				470
	Légumes	Endives	C				473
		Laitues	C				475
		Choux	C				478

PÂTISSERIE		Niveau	Date de réalisation	T.M.	T. à R.	Pages
PÂTES DE BASE	**Pâte brisée méthode traditionnelle**	B				481
	Pâte brisée par sablage	B				484
	Pâte brisée au mixeur	B				485
	Pâte sucrée	B				486
	Pâte sablée	C				487
	Réaliser une abaisse ronde et foncer des cercles à tarte	B				489
	Foncer des tartelettes et des barquettes	B				491
	Réaliser de la pâte feuilletée	B				494
	Réaliser des tartes feuilletées en bande	B				499
	Réaliser des tartes rondes en pâte feuilletée	B				500
	Réaliser une tarte carrée en pâte feuilletée	B				502
	Réaliser un pithiviers	C				503
	Glacer (marbrer) un mille-feuille au fondant	C				504
	Réaliser de la pâte à choux	B				505
	- Garnir une poche à douille	A				507
	- Dresser et garnir des choux et des éclairs	B				508
	- Coucher un Paris-Brest	B				509
	- Glacer des choux et des éclairs	C				509/510
	Réaliser de la pâte à nouille et détailler des nouilles	B				511
	Réaliser un appareil à génoise	B				514
	- Entremets à base de génoise et crème au beurre	C				518
	Réaliser un appareil à biscuits	C				521
	Réaliser de la pâte à frire	A				523
	- Enrober, frire, glacer	A				458
	Réaliser de la pâte à crêpes et sauter des crêpes	A				525
	Réaliser de la pâte à savarin	C				528
	Réaliser de la pâte à brioche	C				532
CRÈMES DE BASE	**Réaliser de la crème Chantilly**	B				541
	Réaliser de la crème anglaise	A				544
	Réaliser de la crème pâtissière	A				547
	- Crème mousseline	C				550
	- Crème Chiboust	C				550
	- Crème Diplomate	C				552
	- Crème à Paris-Brest	C				552
	Réaliser de la crème au beurre	C				553
	Réaliser de la crème d'amandes	B				557
	Réaliser un coulis de fruits rouges	A				559
	Réaliser d'autres coulis (abricot, groseilles, etc.)	A				561
	Réaliser une sauce chocolat	A				569
	Réaliser un appareil à crème caramel	A				562
	Réaliser un appareil à pots de crème	A				564
	Réaliser un appareil à tarte alsacienne	A				564
	Réaliser un appareil à crème brûlée	A				564
	Réaliser un appareil à bavarois aux œufs	B				565
	Réaliser un appareil à bavarois aux fruits	B				567
MERINGUES ET CUISSON DU SUCRE	Monter des blancs en neige	B				570
	Réaliser de la meringue française	C				572
	Réaliser de la meringue suisse	C				574
	Réaliser de la meringue italienne	C				576
	Réaliser des sirops	A				578
	Cuire du sucre	C				581
PETITS FOURS	Réaliser des tuiles aux amandes	C				586
	Réaliser des palets aux raisins	C				587
	Réaliser des cigarettes russes	C				587
	Réaliser des langues de chat	C				587
	Réaliser des appareil à tulipes	C				589
	Réaliser des petits fours aux amandes	C				590

RÉPERTOIRE DES FICHES TECHNIQUES DE FABRICATION

Chaque fiche détaille la recette d'un grand classique (denrées pour 8 couverts, réalisation) et de plats similaires ou dérivés.

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES POTAGES				611
	POTAGES CLAIRS			
	• CONSOMMÉ DE BŒUF BRUNOISE	- **Consommé Germiny** - **Petite marmite bouchère** - Consommés julienne, aux pâtes diverses, printanier, aux vins, en gelée	1	612 613
	• CONSOMMÉ DE VOLAILLE MADRILÈNE AUX PAILLETTES	- **Petite marmite Henri IV** - **Consommé aux truffes Cendrillon** - Consommés Célestine, Carmen, à la reine, Alexandra, aux ailerons	2	614 615
	SOUPES À L'OIGNON			
	• SOUPE À L'OIGNON GRATINÉE	- **Gratinée au porto ou gratinée façon lyonnaise** - Soupe à l'oignon normande, potage garbure à l'oignon, potage ou soupe Thourin à l'oignon	3	616 617
LES POTAGES LIÉS ET TAILLÉS **LES POTAGES PURÉES DE LÉGUMES FRAIS**				618 619
	POTAGES TAILLÉS			
	• POTAGE CULTIVATEUR • POTAGE PARISIEN • SOUPE AU PISTOU	- Potages minestrone, bonne-femme, maraîchère, normande	4 4 8	620 621 626
	POTAGES PURÉE DE LÉGUMES FRAIS			
	• POTAGE JULIENNE DARBLAY	- Potages purée Dubarry, Crécy briarde, Freneuse, de cresson (cressonnière), de petits pois frais à la menthe	5	622 623
	• POTAGE PARMENTIER		6	624
	POTAGES FROIDS			
	• GASPACHO ANDALOU • CRÈME VICHYSSOISE		7 5	625 623
LES POTAGES PURÉES DE LÉGUMES SECS				627
	POTAGES PURÉE DE LÉGUMES SECS			
	• POTAGE SAINT-GERMAIN AUX CROÛTONS • POTAGE CONTI	- **Potage soissonnais aux croûtons** - Potages Ambassadeur, Longchamp, Esaü, Chantilly, Colombine, Musard, tourangelle, Condé, bretonne	9 9	628 629 630

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES CRÈMES ET VELOUTÉS À BASE DE LÉGUMES				**631**
	CRÈMES ET VELOUTÉS À BASE DE LÉGUMES			
	• VELOUTÉ DUBARRY	- **Velouté aux champignons** - Veloutés Choisy, Doria, Pierre-le-Grand, Crème Argenteuil	**10**	**632** **633**
LES CRÈMES ET VELOUTÉS À BASE DE VOLAILLE **LES CRÈMES ET VELOUTÉS À BASE DE POISSON OU DE CRUSTACÉS**				**634** **635**
	CRÈMES ET VELOUTÉS À BASE DE VOLAILLE			
	• CRÈME AGNÈS SOREL	- **Crème andalouse** - Crèmes de volaille aux morilles, princesse, Boïeldieu	**11**	**636** **637**
	CRÈMES ET VELOUTÉS À BASE DE POISSON OU DE CRUSTACÉS			
	• CRÈME DIEPPOISE	- **Crème crevettes Joinville** - Crèmes carmélite, de crevettes normande, veloutés d'écrevisses Joinville, de homard	**12**	**638** **639**
LES SOUPES DE POISSONS				**640**
	SOUPES DE POISSONS			
	• SOUPE DE POISSONS FAÇON BOUILLABAISSE		**13**	**641**
	• SOUPE DE POISSONS ACCOMPAGNÉE D'UNE SAUCE ROUILLE OU D'AÏOLI	- **Soupe de moules au safran** - Marmite dieppoise, Cotriade côte de Jade	**14**	**642** **643**
LES BISQUES				**644**
	BISQUES			
	• BISQUE DE CRUSTACÉS	- **Bisque de langoustines** - Bisques de homard, d'écrevisses, de crevettes	**15**	**645** **646**

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES HORS-D'ŒUVRE FROIDS				**647**
	HORS-D'ŒUVRE FROIDS À BASE DE LÉGUMES CRUS			
	• CRUDITÉS VARIÉES	- **Champignons blancs à la crème** - Copeaux de carottes aux pamplemousses, chou blanc aux lardons, chou rouge aux reinettes, Coleslaw	**16**	**648** **649**
	HORS-D'ŒUVRE FROIDS À BASE DE LÉGUMES CUITS			
	• MACÉDOINE DE LÉGUMES MAYONNAISE	- **Médaillons de langouste à la parisienne** - Tomate farcie macédoine, tomate moscovite, coquille de saumon à la parisienne, croustillant de crabe à la parisienne	**17**	**650** **651**
	• LÉGUMES À LA GRECQUE	- **Achards de légumes** - Chou-fleur à la hongroise, courgettes et raisins secs au curry, christophines au safran pays	**18**	**652** **653**

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES HORS-D'ŒUVRE FROIDS (suite)				
	HORS-D'ŒUVRE FROIDS À BASE DE LÉGUMES CRUS ET CUITS DE POISSONS ET DE VIANDES			
	• SALADE FAÇON NIÇOISE	- **Salade «façon» lyonnaise** - Salades tourangelle, de cocos frais aux coquillages, de haricots blancs à l'andalouse, piémontaise, strasbourgeoise	**19**	**654** **655**
	HORS-D'ŒUVRE FROIDS À BASE DE LÉGUMES FARCIS			
	• AVOCATS AUX CREVETTES	- **Mousse d'avocat aux écrevisses, coulis de tomates** - Avocats au crabe, aux langoustines, aux agrumes, médaillons de langouste à la mousse d'avocat, aumônière de saumon aux crevettes et à l'avocat	**20**	**656** **657**
	HORS-D'ŒUVRE TIÈDES À BASE DE LÉGUMES CUITS			
	• ASPERGES SAUCE MOUSSELINE	- **Feuilleté d'asperges aux perles roses** - Asperges d'Argenteuil sauce vinaigrette aux herbes, asperges au beurre de ciboulette, blancs de poireaux sauce gribiche, panaché de choux sauce mousquetaire	**21**	**658** **659**
	HORS-D'ŒUVRE FROIDS À BASE DE MELON			
	• MELON FRAPPÉ NATURE ET COCKTAIL DE MELON	- **Melon à l'italienne** - Melons au saumon mariné, au magret fumé, frappé au sauternes, cocktail de melon glacé au porto, soupe glacée à la pastèque et au melon	**22**	**660** **661**
	HORS-D'ŒUVRE FROIDS À BASE DE POISSON CRU			
	• TARTARE DE SAUMON	- **Saumon mariné (gravad lax)** - Salade norvégienne, «Charlotte» de saumon cru à l'avocat	**23**	**662** **663**

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES HORS-D'ŒUVRE CHAUDS				**665**
	SALADES COMPOSÉES SERVIES TIÈDES			
	• SALADE TIÈDE DE LAPEREAU AUX NOISETTES	- **Salade tiède de coquilles Saint-Jacques au jus de truffe** - Salades tièdes de suprême de volaille farci au curry, de raie aux agrumes, bouchère, salade de saucisson pistaché chaud pommes à l'huile	**24**	**666** **667**
	HORS-D'ŒUVRE CHAUDS À BASE DE PÂTE BRISÉE			
	• QUICHE LORRAINE	- **Quiche océane** - Quiches au jambon et aux épinards, au poulet et aux morilles, au crabe, au thon et à la ratatouille, galette au lard du pays Messin	**25**	**668** **669**
	• TARTE À L'OIGNON	- **Tourte aux poireaux** - Quiches à la julienne de légumes, aux champignons, provençale, tarte à la flamme ou flammée (flammenküche)	**26**	**670** **671**
	HORS-D'ŒUVRE CHAUDS À BASE DE PÂTE FEUILLETÉE			
	• ALLUMETTES AU FROMAGE	- **Talmouses en tricorne** - Mille-feuille savoyard, cannelons au fromage, roulés au fromage et au jambon	**27**	**672** **673**

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES HORS-D'ŒUVRE CHAUDS (suite)				
	***HORS-D'ŒUVRE CHAUDS À BASE DE PÂTE FEUILLETÉE** (suite)*			
	• TARTE FINE AUX SARDINES, TOMATES ET OIGNONS CONFITS		**28**	**674**
		- **Jalousie à la mousseline de sole, beurre fondu à la ciboulette** - Allumettes aux anchois, Dartois aux écrevisses sauce Nantua, chaussons d'escargots		**675**
	• PETITS PÂTÉS FEUILLETÉS		**29**	**676**
		- **Bouchées à la reine** - Petits feuilletés aux foies de volaille, bourgeoise, de brochet beurre nantais, friands, tourte Lorraine		**677**
	HORS-D'ŒUVRE CHAUDS À BASE DE PÂTE À CHOUX CUITE AU FOUR			
	• TALMOUSES À LA BAGRATION		**30**	**678**
		- **Ramequins au fromage** - Carolines diverses, profiteroles aux lardons, beignets soufflés à la morue, talmouses Pont-Neuf		**679**
	HORS-D'ŒUVRE CHAUDS À BASE DE PÂTE À CHOUX CUITE POCHÉE ET DE FARINAGE			
	• GNOCCHI À LA PARISIENNE		**31**	**680**
		- **Gnocchi à la romaine** - Gnocchi niçoise		**681**
	HORS-D'ŒUVRE CHAUDS À BASE DE PÂTE À BRIOCHE			
	• SAUCISSONS EN BRIOCHE, SAUCE PORTO		**32**	**682**
		- **Brioches aux fruits de mer** - Bouchées bohémienne, petits pâtés Dauphine, Coulibiac de saumon beurre blanc à l'aneth		**683**
	HORS-D'ŒUVRE CHAUDS À BASE DE PÂTE À FRIRE			
	• FRITÔTS DE CERVELLE ORLY		**33**	**684**
		- **Fritôts d'ailerons de volaille au curry** - Fritôts de pieds de veau ou de mouton sauce tartare, fritôts de fraise de veau sauce diable, beignets de langoustines sauce andalouse		**685**
	HORS-D'ŒUVRE CHAUDS À BASE DE PÂTE À CRÊPES			
	• CRÊPES FARCIES FAÇON FICELLES PICARDE		**34**	**686**
		- **Crêpes farcies aux fruits de mer, sauce vin blanc au curry** - Crêpes farcies océane, façon grand-mère, à la reine		**687**
	HORS-D'ŒUVRE CHAUDS À BASE D'APPAREIL À SOUFFLÉ			
	• SOUFFLÉS AU FROMAGE		**35**	**688**
		- **Crêpes soufflées au roquefort et aux noix** - Soufflés à la volailles et aux champignons, au jambon et aux épinards, au saumon et à l'oseille		**689**
	HORS-D'ŒUVRE CHAUDS À BASE DE FEUILLES DE BRICK			
	• CROUSTILLANT DE TOURTEAU ET DE CALMARS À L'AMÉRICAINE	- **«Mille-feuille» de thon rouge à la piperade**	**36**	**690**
		- Balluchons de coquilles Saint-Jacques et morilles à l'américaine, aumônières de moules et de coques aux pommes safranées, brick au thon et à la ratatouille		**691**
	HORS-D'ŒUVRE CHAUDS À BASE DE PÂTES INDUSTRIELLES			
	• SPAGHETTI NAPOLITAINE		**37**	**692**
		- **Spaghetti bolognaise** - Spaghetti milanaise, à la carbonara, macaroni Nantua, au gratin		**693**

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES HORS-D'ŒUVRE CHAUDS (suite)				
	HORS-D'ŒUVRE CHAUDS À BASE DE PÂTES FRAÎCHES			
	• TAGLIATELLES AUX DEUX SAUMONS	- **Ravioli aux langoustines, coulis de crustacés** - Fettuccines aux fruits de mer, tagliatelles vertes au pistou gênois	**38**	**694** **695**

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LA CUISSON DES ŒUFS				**697**
	ŒUFS DURS			
	• ŒUFS FARCIS CHIMAY	- **Côtelettes d'œufs durs, sauce tomate** - Œufs durs à l'oseille, percheronne, à la tripe	**39**	**698** **699**
	ŒUFS MOLLETS			
	• ŒUFS MOLLETS FLORENTINE	- **Œufs mollets Masséna** - Œufs mollets normande, à la reine, Argenteuil, Païva	**40**	**700** **701**
	ŒUFS POCHÉS (SERVIS FROIDS)			
	• ŒUFS À LA GELÉE ET AU JAMBON	- **Œufs pochés Bayonnaise** - Aspics d'œufs en gelée au saumon mariné façon norvégienne, œufs en gelée à la ravigote	**41**	**702** **703**
	ŒUFS POCHÉS DANS DE L'EAU VINAIGRÉE ET DANS DU VIN ROUGE (SERVIS CHAUDS)			
	• ŒUFS POCHÉS TOUPINEL	- **Œufs pochés façon Bourguignonne** - Œufs pochés Cendrillon, Bragance, Henri IV, à l'américaine, Sans-Gêne	**42**	**704** **705**
	ŒUFS CUITS EN COCOTTE			
	• ŒUFS COCOTTE À LA CRÈME	- **Œufs en cocotte à la parisienne** - Œufs en cocotte florentine, portugaise, Nantua, aux morilles, dieppoise, œufs de caille en cocotte périgourdine	**43**	**706** **707**
	ŒUFS SUR LE PLAT OU ŒUFS SAUTÉS À LA POÊLE			
	• ŒUFS SUR LE PLAT AUX FOIES DE VOLAILLE	- **Œufs sautés à la poêle** - Œufs sur le plat chasseur, opéra, aux fruits de mer, portugaise - Œufs sautés à la poêle à l'américaine, façon basquaise, à la diable, à l'espagnole	**44**	**708** **709**
	ŒUFS FRITS			
	• ŒUFS FRITS AU BACON	- **Œufs frits tyrolienne** - Œufs frits bordelaise, provençale, à l'espagnole, andalouse	**45**	**710** **711**
	ŒUFS BROUILLÉS			
	• ŒUFS BROUILLÉS PORTUGAISE	- **Œufs brouillés à l'espagnole** - Œufs brouillés aux fines herbes, grand-mère, forestière, Magda, aux crevettes	**46**	**712** **713**

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LA CUISSON DES ŒUFS (suite)				
	OMELETTES ROULÉES			
	• OMELETTES AUX FINES HERBES, AUX CHAMPIGNONS, AU JAMBON ET AUX OIGNONS	- **Omelette portugaise** - Omelettes au lard, Parmentier, bonne-femme, forestière, chasseur	47	714 715
	OMELETTES PLATES			
	• OMELETTES PLATES À L'ESPAGNOLE	- **Omelette plate paysanne** - Omelettes plates à la piperade et au jambon de Bayonne, fermière, savoyarde, suissesse	48	716 717

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES POISSONS				719
	POISSONS POCHÉS À L'EAU DE SEL			
	• DARNES DE COLIN POCHÉES, BEURRE FONDU	- **Filets de merlu (colin) pochés beurre blanc** - Darnes de lieu jaune pochées beurre fondu à l'orange, filet de bar beurre émulsionné à la ciboulette	49	720 721
	POISSONS POCHÉS À L'EAU CITRONNÉE ET AU LAIT			
	• TRONÇONS DE TURBOT OU TURBOTINS POCHÉS, SAUCE HOLLANDAISE	- **Tronçons de turbot Crécy** - Blancs de barbue pochés sabayon à la tomate et au fenouil, filets de haddock pochés sauce mousseline, blancs de turbot pochés sauce bavaroise	50	722 723
	POISSONS POCHÉS AU COURT-BOUILLON OU DANS UNE NAGE			
	• TRUITES POCHÉES AU COURT-BOUILLON, BEURRE BLANC	- **Poissons au bleu, beurre de nage** - Ailes de raiteaux pochées beurre noisette aux câpres, brochet de Loire poché beurre nantais	51	724 725
	POISSONS POCHÉS AU COURT-BOUILLON (SERVIS FROIDS)			
	• SAUMON FROID EN GELÉE, SAUCE ANDALOUSE (OU EN BELLEVUE)	- **Truites en chaud-froid, sauce verte** - Pressé d'aile de raie en ravigote, petite nage de saumon de fontaine au cidre	52	726 727
	POISSONS CUITS À LA VAPEUR			
	• TRUITES DE MER EN ÉCAILLES DE TOMATES ET COURGETTES, BEURRE AU FENOUIL	- **Suprêmes de barbue farcis en damiers, beurre de piperade** - Filets de sole Doria, paupiettes de merlan en habit vert	53	728 729
	FARCE MOUSSELINE ET PAUPIETTES DE POISSONS À LA VAPEUR			
	• MOUSSELINE DE MERLAN ARLEQUIN	- **Paupiettes de merlu au Noilly** - Enroulades de sole et de saumon aux langoustines beurre au cresson, paupiette de sole cingalaise	54	730 731
	POISSONS POCHÉS À COURT-MOUILLEMENT, SAUCE VIN BLANC			
	• TRUITES AU RIESLING	- **Truites soufflées au riesling** - Truites soufflées à la hussarde, truites soufflées Montgolfier	55	732 733

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES POISSONS (suite)				
	POISSONS POCHÉS À COURT-MOUILLEMENT, SAUCE VIN BLANC *(suite)*			
	• FILETS DE SOLE DIEPPOISE	- **Suprêmes de poisson à la julienne de légumes et au safran** - Filets de sole cancalaise, fécampoise, havraise, «grand large»	**57**	**736** **737**
	POISSONS POCHÉS À COURT-MOUILLEMENT, SAUCE VIN BLANC À GLACER			
	• FILETS DE SOLE BONNE-FEMME	- **Filets de sole Marguery** - Filets de poisson Bercy, florentine, filets de sole Polignac, d'Antin, Véronique	**56**	**734** **735**
	FILETS DE POISSONS POCHÉS À COURT-MOUILLEMENT, SAUCE VIN BLANC			
	• FILETS DE BARBUE DUGLÉRÉ	- **Suprêmes de barbue soufflés Condorcet** - Filets de poisson arlésienne, portugaise, hongroise	**58**	**738** **739**
	POISSONS SAUCE AMÉRICAINE OU SAUCE NANTUA			
	• LOTTE À L'AMÉRICAINE	- **Médaillons de lotte New-burg** - Filets de sole à l'américaine, Grimaldi, Beaumanoir, New-burg	**59**	**740** **741**
	POISSONS POCHÉS À COURT-MOUILLEMENT, SAUCE VIN ROUGE			
	• SOLES ROUENNAISE	- **«Estouffade» de turbot, façon bourguignonne** - Soles marchand de vin, au chambertin, filets de soles mâconnaise	**60**	**742** **743**
	POISSONS TRAITÉS EN MATELOTE			
	• MATELOTE D'ANGUILLES, FAÇON BOURGUIGNONNE	- **Matelote de poissons à la marinière, façon «pochouse» des bords de l'Yonne** - Matelotes à la meunière, à la normande	**61**	**744** **745**
	POISSONS GRILLÉS			
	• SOLES GRILLÉES, BEURRE D'ANCHOIS	- **Petits rougets grillés niçoise** - Daurades grillées marseillaise, darnes de saumon grillées sauce moutarde, maquereaux grillés sauce Saint-Malo, brochettes de lotte et de saumon grillées beurre de crustacés	**62**	**746** **747**
	POISSONS FRITS			
	• SOLES OU MERLANS FRITS AU CITRON	- **Merlans frits en colère** - Petite friture au citron, filets de merlan ou de truite à la juive, filets de merlan Orly, anguilles frites à la tartare	**63**	**748** **749**
	POISSONS PANÉS ET FRITS			
	• SOLES COLBERT	- **Goujonnettes ou mignonnettes de sole, sauce tartare** - Truites ou merlans à l'hôtelière, soles frites Mireille, filets d'anguille frits à l'anglaise	**64**	**750** **751**
	POISSONS SAUTÉS			
	• SOLES OU TRUITES «MEUNIÈRE»	- **Soles ou truites grenobloise** - Soles meunière Murat, à l'espagnole, truites aux amandes, truites ou soles meunière aux champignons divers, poissons meunière Doria	**65**	**752** **753**

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES POISSONS (suite)				
	POISSONS SAUTÉS *(suite)*			
	• FILET DE SAINT-PIERRE À L'OSEILLE	- **Dos de saumon sur peau à l'unilatérale, fondue de poireaux aux lardons** - Escalopes de saumon aux tétragones beurre au Noilly, blancs de barbue à la fondue d'endives et au jambon, suprême de bar à la fondue de fenouil beurre blanc à l'anis	**66**	**754** **755**
	PAVÉS DE POISSONS SAUTÉS			
	• DUO DE CABILLAUD ET DE MORUE, PURÉE DE POMMES DE TERRE À L'HUILE D'OLIVE	- **Pavé de saumon mi-fumé, lentilles vertes au lard, jus de volaille à l'huile d'olive** - Filets de daurade sautés purée de céleri et fenouil bouquet de céleri frit, taboulé au boulghour, rougets de roche jus de volaille	**67**	**756** **757**
	POISSONS PANÉS ET SAUTÉS			
	• MERLANS À L'ANGLAISE	- **Viennoise de barbue, beurre de poivrons** - Merlans Richelieu, poissons panés et sautés Médicis, filets de poissons sautés Déjazet	**68**	**758** **759**

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES COQUILLAGES ET LES CRUSTACÉS				**761**
	COQUILLAGES «MARINIÈRE» (moules, coques, praires, palourdes, pétoncles, vénus, amandes...)			
	• MOULES MARINIÈRE	- **Moules poulette** - Moules bonne-femme, caïeux d'Isigny normande, moules d'Espagne frites, mouclade des boucholeurs	**69**	**762** **763**
	COQUILLAGES ET CRUSTACÉS FARCIS (moules, praires, palourdes)			
	• MOULES FARCIES	- **Assortiment de coquillages farcis** - Escargots à la bourguignonne, gros bulots farcis chablisienne, moules au gratin «façon rochelaise»	**70**	**764** **765**
	COQUILLES SAINT-JACQUES POCHÉES, SAUCE VIN BLANC À GLACER			
	• COQUILLES SAINT-JACQUES AU GRATIN	- **Pétales de coquilles Saint-Jacques à la julienne de légumes et au safran** - Coquilles Saint-Jacques «façon nantaise», cherbourgeoise, parisienne, en coquille lutée	**71**	**766** **767**
	HUÎTRES CHAUDES			
	• HUÎTRES CHAUDES À LA DUXELLES DE CHAMPIGNONS	- **Roulades d'huîtres et saumon frais au pommeau** - Huîtres chaudes florentine, portugaise, à la fondue d'endives ou de poireaux, huîtres de Blainville en feuille de chou	**72**	**768** **769**
	CRUSTACÉS POCHÉS			
	• ÉCREVISSES À LA NAGE	- **Petite nage tiède de langoustines et de Saint-Jacques au Noilly** - Crevettes pochées, langoustes et homards pochés	**73**	**770** **771**
	«RAGOÛT» DE FRUITS DE MER, SAUCE AMÉRICAINE CRÉMÉE			
	• PILAF DE FRUITS DE MER	- **Petit ragoût d'écrevisses et champignons sauvages au gratin** - Turban de riz pilaf aux fruits de mer sauce vin blanc, fettucines aux fruits de mer, bouchées ou feuilletées divers aux fruits de mer	**74**	**772** **773**

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES VIANDES POCHÉES				775
	VIANDES POCHÉES			
	• POT-AU-FEU	- **Filets de bœuf à la ficelle** - Pot-au-feu béarnaise, albigeois, gigot d'agneau poché à l'anglaise caper's sauce, canard salé en pot-au-feu sauce raifort	75	776 777
	• BLANQUETTE DE VEAU À L'ANCIENNE	- **Blanquette de dindonneau aux primeurs** - Blanquettes d'agneau aux courgettes et aux concombres, de lapereau au safran, de volaille au céleri	76	778 779
	VIANDES BLANCHES POCHÉES			
	• TRAVERS DE PORC LAQUÉ AU MIEL ET AU GINGEMBRE		77	780
LES VIANDES RÔTIES ET LES VIANDES POÊLÉES				781
	VIANDES ROUGES RÔTIES			
	• CONTRE-FILETS RÔTIS, JARDINIÈRE DE LÉGUMES	- **Filets de bœuf en brioche, sauce périgourdine** - Filets de bœuf Richelieu, Dubarry, pièce de bœuf rôtie fleuriste	78	782 783
	• CARRÉ D'AGNEAU AUX PRIMEURS	- **Carré d'agneau persillé** - Epaules d'agneau rôtie bonne-femme, boulangère	79	784 785
	• GIGOT D'AGNEAU RÔTI, GRATIN DE POMMES DE TERRE	- **Selle d'agneau farcie** - Gigot d'agneau bretonne, gigot de mouton en chevreuil	80	786 787
	VIANDES BLANCHES POÊLÉES			
	• CARRÉ DE VEAU POÊLÉ CHOISY	- **Carré de veau bruxelloise** - Carré de veau poêlé Viroflay, longe de porc poêlée lorraine, carré de porc poêlé brabançonne, pièces de veau poêlée Judic, Clamart	81	788 789
	VIANDES BLANCHES RÔTIES			
	• CARRÉ DE PORC RÔTI BOULANGÈRE		82	790
LES VIANDES DE BOUCHERIE SAUTÉES				791
	VIANDES ROUGES SAUTÉES, SAUCE BRUNE PAR DÉGLAÇAGE			
	• CONTRE-FILETS, ENTRECÔTES OU STEAKS SAUTÉS BERCY	- **Entrecôtes sautées bordelaise** - Entrecôtes marchand de vin, lyonnaise, onglet ou bavette à l'échalote, steaks sautés chasseur	83	792 793
	• TOURNEDOS SAUTÉS CHÂTELAINE	- **Tournedos sautés mascotte** - Tournedos Helder, Rossini, fleuriste, Beaugency	84	794 795

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES VIANDES DE BOUCHERIE SAUTÉES (suite)				
	VIANDES ROUGES SAUTÉES, SAUCE BRUNE CRÉMÉE			
	• STEAKS AU POIVRE	- **Petits filets de bœuf Strogonoff** - Steaks sautés au poivre vert, suprêmes ou magrets de canard aux baies roses	**85**	**796** **797**
	VIANDES BLANCHES SAUTÉES, SAUCE BRUNE PAR DÉGLAÇAGE			
	• MÉDAILLONS DE VEAU DUROC	- **Médaillons de veau cressonnière** - Médaillons de veau sauté chasseur, princesse, Richemont, parisienne	**86**	**798** **799**
	• CÔTES DE PORC CHARCUTIÈRE, POMME PURÉE	- **Mignons de porc à la moutarde de Meaux** - Médaillons de porc panés sauce Robert, côtes de porc hachées grand-mère	**88**	**802** **803**
	VIANDES BLANCHES SAUTÉES, SAUCE BLANCHE PAR DÉGLAÇAGE			
	• ESCALOPES OU CÔTES DE VEAU À LA CRÈME	- **Médaillons de veau au paprika, riz pilaf aux poivrons** - Mignons de veau aux morilles pâtes fraîches, côtes de veau normande	**87**	**800** **801**
	VIANDES SAUTÉES ET PANÉES			
	• ESCALOPES DE VEAU VIENNOISE	- **Escalopes de veau «cordon bleu»** - Escalopes de veau milanaise, côtes de porc panées à l'anglaise, blancs de dinde panés Holstein	**89**	**804** **805**
	• CÔTES D'AGNEAU MARÉCHALE	- **Epigrammes d'agneau** - Côtes d'agneau panées bretonne, Marie-Louise, bergère	**90**	**806** **807**
	VIANDE DE GIBIER SAUTÉE			
	• PAVÉS DE BICHE SAUTÉS, SAUCE GRAND VENEUR	- **Noisettes de chevreuil, sauce Diane** - Noisettes de chevreuil aux cerises, pavé de biche chasseur	**91**	**808** **809**
	VIANDES SAUTÉES, SAUCE CRÉMÉE			
	• NOISETTES D'AGNEAU À LA CRÈME D'AIL		**92**	**810**
LES VIANDES DE BOUCHERIE GRILLÉES				**811**
	VIANDES ROUGES GRILLÉES			
	• STEAKS GRILLÉS, SAUCE BÉARNAISE, POMMES PONT-NEUF	- **Contre-filet grillé, beurre Maître d'hôtel** - Tournedos grillés sauce Choron, Henri IV, Belle-Hélène, entrecôtes grillées Mirabeau	**93**	**812** **813**
	• CÔTES DE BŒUF ET ENTRECÔTES GRILLÉES, POMMES CROQUETTES, SAUCE BORDELAISE	- **Entrecôtes grillées Saint-Florentin** - Pièces de bœuf grillées beurre Bercy, beurre marchand de vin	**94**	**814** **815**
	VIANDES GRILLÉES			
	• MIXED-GRILL	- **Mixed-grill en brochette** - Brochettes d'agneau grillées sauce paloise, lamb-chops grillés aux herbes beurre marseillais	**95**	**816** **817**

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES VIANDES DE BOUCHERIE SAUTÉES (suite)				
	VIANDES GRILLÉES *(suite)*			
	• CÔTES D'AGNEAU VERT-PRÉ		96	818
CUIRE EN RAGOÛT À BRUN ET BRAISER				819
	RAGOÛT À BRUN			
	• NAVARIN AUX POMMES	- **Navarin «aux primeurs»** - Navarin aux haricots, aux fèves	97	820 821
	• VEAU MARENGO	- **Sauté de veau aux poivrons** - Sautés de veau moldave, provençale, chasseur, pilaf de veau bohémienne	98	822 823
	• ESTOUFFADE DE BŒUF BOURGUIGNONNE	- **Estouffade de bœuf provençale** - Goulash pommes vapeur, carbonades de bœuf flamandes	99	824 825
	• CASSOULET «FAÇON» TOULOUSAIN		103	832
	VIANDES BRAISÉES À BRUN			
	• AIGUILLETTE DE BŒUF BRAISÉE BOURGEOISE	- **Aiguillette de bœuf braisée printanière** - Pièces de bœuf braisées bourguignonne, à la mode en gelée, filet de bœuf London-house	100	826 827
	• GRENADINS DE VEAU ZINGARA, POMMES COCOTTE	- **Paupiettes de veau aux carottes** - Fricandeau financière, paupiettes de veau braisées aux champignons, noix de veau Nemours, tendrons de veau bourgeoise	101	828 829
	• OSSO-BUCO MILANAISE	- **«Jarrets» de dinde braisés, jardinière de légumes** - Osso-buco piémontaise, braisés aux primeurs, jarrets de veau à l'estragon, braisés Clamart	102	830 831
LES ABATS				833
	ABATS SAUTÉS			
	• FOIE DE VEAU À L'ANGLAISE	- **Cervelles d'agneaux «meunière»** - Foies de veau sauté à l'échalote, lyonnaise, aux raisins	104	834 835
	• ROGNONS DE VEAU SAUTÉS AUX CHAMPIGNONS ET AU MADÈRE	- **Petit «ragoût» de rognons et de ris de veau aux champignons sauvages** - Rognons de veau Beaugé, bordelaise, bouchère	105	836 835

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES ABATS (suite)				
	ABATS POCHÉS			
	• LANGUE DE BŒUF POCHÉE, SAUCE PIQUANTE	- **Tête de veau pochée, sauce ravigote** - Langues de bœuf sauce tomate, florentine, fraise de veau sauce gribiche, pieds de veau ou de mouton sauce poulette	106	838 839
	ABATS BRAISÉS			
	• RIS DE VEAU BRAISÉS À BRUN ET À BLANC	- **Ris de veau braisés à blanc** - Ris de veau braisés Clamart, des gourmands, florentine, Surcouf	107	840 841
	PRÉCAUTIONS À OBSERVER			842

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES VOLAILLES				843
	VOLAILLES POCHÉES			
	• POULARDE POCHÉE SAUCE SUPRÊME, RIZ PILAF	- **Suprêmes de volaille farcis Renaissance** - Poules au blanc, au pot béarnaise, poularde en vessie, poularde pochée sauce ivoire	108	844 845
	VOLAILLES SAUTÉES À BRUN			
	• POULETS SAUTÉS CHASSEUR	- **Poulet sauté façon basquaise** - Poulets sauté Duroc, bourguignonne, Marengo, Champeaux	109	846 847
	VOLAILLES SAUTÉES À BLANC			
	• POULETS SAUTÉS FAÇON VALLÉE D'AUGE	- **Poulet sauté au paprika** - Poulets sautés aux morilles, Bagatelle, à l'estragon, George Sand	110	848 849
	VOLAILLES RÔTIES			
	• POULETS RÔTIS	- **Cailles rôties farcies au foie gras et aux raisins** - Dinde farcie aux marrons, coquelets rôtis polonaise, oie farcie aux pommes douces, poulet rôti en croûte de sel, chapon rôti	111	850 851
	VOLAILLES ET GIBIERS À PLUMES RÔTIS			
	• PINTADEAUX RÔTIS SUR CANAPÉS	- **Salmis de poules faisanes** - Cailles rôties sur canapés, pigeonneaux rôtis sur canapés	112	852 853
	VOLAILLES ET GIBIERS À PLUMES POÊLÉS			
	• POULETS COCOTTE GRAND-MÈRE	- **Poule faisane en cocotte Souvaroff** - Poulets poêlés niçoise, forestière, Armenonville	113	854 855
	LAPEREAUX POÊLÉS ET RÔTIS			
	• RÂBLE DE LAPEREAU FARCI, CHAMPIGNONS SAUVAGES À LA CRÈME	- **Râble de lapereau farci à la moutarde à l'ancienne tagliatelles tricolores** - Arrière-train de lapereau aux herbes et à la moutarde	114	856 857
	VOLAILLES POÊLÉES			
	• CANETONS AUX NAVETS	- **Canetons poêlés aux olives** - Canetons poêlés Beaulieu, aux petits pois	115	858 859

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES VOLAILLES (suite)				
	VOLAILLES POÊLÉES *(suite)*			
	• CANETONS À L'ORANGE	- **Canetons poêlés aux cerises** - Canetons poêlés aux pêches de vigne, aux raisins	**116**	**860** **861**
	VOLAILLES ET GIBIERS À PLUMES GRILLÉS			
	• POULETS GRILLÉS À L'AMÉRICAINE	- **Poulet grillé en crapaudine, sauce diable** - Brochettes de volaille tandoori, grillées riz pilaf aux fruits secs, coquelets grillés sauce tartare, blancs de volaille grillés viennoise	**117**	**862** **863**
	RAGOÛTS DE VOLAILLE À BLANC			
	• FRICASSÉE DE VOLAILLE À L'ANCIENNE	- **Emincé de volaille aux primeurs** - Fricassées de pintades au curry ou à l'indienne, de pigeon hongroise, fricassées de volailles aux écrevisses, Doria, Argenteuil	**118**	**864** **865**
	RAGOÛTS DE VOLAILLE AUX ÉPICES			
	• CURRY DE VOLAILLE RIZ MADRAS	- **Poulet au safran façon bouillabaisse** - Accompagnement des curry : concombres à la menthe, tomates et oignons à la coriandre, ananas au piment, banane à la noix de coco, divers chutneys de fruits (mangue)	**119**	**866** **867**
	RAGOÛTS DE VOLAILLE À BRUN			
	• COQ AU VIN	- Coqs au riesling, à la bière	**120**	**868** **867**
	LAPINS EN RAGOÛT À BRUN ET À BLANC			
	• LAPEREAUX AUX CHAMPIGNONS	- **Gibelotte de lapereau Ile-de-France** - Lapin aux pruneaux et aux carottes, fricassée de lapereau dijonnaise	**121**	**870** **871**
	GIBIERS EN RAGOÛT			
	• CIVET DE LIÈVRE À LA FRANÇAISE	- **Gibelotte des braconniers** - Lapin de garenne vigneronne, lapereau au cidre	**122**	**872** **873**
	VOLAILLES ET GIBIERS À PLUMES BRAISÉS			
	• JAMBONNETTES DE CANETONS À L'ORANGE	- **Faisans en chartreuse (pintades, pigeons, perdrix)** - Perdrix braisées aux choux, canetons braisés nivernaise	**123**	**874** **875**
	SUPRÊMES DE CANETONS SAUTÉS			
	• MAGRET DE CANARD AU POIVRE VERT	- **Aiguillettes de canard de Challans au jus de truffes Parmentier et confit à la fleur de sel** - Suprêmes de canetons caramélisés au miel d'acacia et aux épices	**124**	**876** **877**
	RAGOÛTS DE VOLAILLE AUX ÉPICES			
	• CARI POULET	- **Poulet massalé** - Colombo de volaille riz créole	**125**	**878** **879**

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES GARNITURES D'ACCOMPAGNEMENT				881
	LÉGUMES CUITS À L'ANGLAISE ET LIÉS AU BEURRE			
	• ASPERGES, CHOUX-FLEURS, CHOUX DE BRUXELLES, MARINS OU CRAMBÉS MARITIMES, BROCOLIS, ROMANESCO, ÉPINARDS, HARICOTS VERTS, PETITS POIS, GRAINES DE LÉGUMINEUSES FRAÎCHES, ETC.	- **Jardinière de légumes** - Epinards à la crème, fèves fraîches au beurre ou à la crème, graines de légumineuses fraîches (cocos, flageolets frais)	126	882 883
	POMMES DE TERRE CUITES À L'ANGLAISE OU À LA VAPEUR			
	• POMMES DE TERRE À L'ANGLAISE	- Pommes persillées, pommes de terre en robe des champs, à la crème, au safran ou au curcuma, salade de pommes de terre	127	884 885
	PURÉES DE LÉGUMES			
	• POMMES PURÉE OU PURÉE PARMENTIER	- **Purée de légumes** - Pommes purée gratinée ou pommes de terre Mont-Dore, Macaire, mousseline, pommes purée écrasées à la ciboulette, à l'huile d'olive, à la crème d'ail, etc.	128	886 887
	LÉGUMES CUITS À BLANC ET LÉGUMES CUITS DANS UN BLANC			
	• CHAMPIGNONS, FONDS D'ARTICHAUTS CARDONS, CÔTES DE BLETTES, FENOUIL TUBÉREUX, SALSIFIS, CROSNES, CÉLERI-RAVE, MOELLE DE VÉGÉTAUX DIVERS	- **Cuire des légumes dans un blanc** - Fonds d'artichauts florentine, Argenteuil, cardons à la moelle et au gratin, salsifis et côtes de blettes à la crème	129	888 889
	LÉGUMES GLACÉS À BLANC ET PETITS OIGNONS GLACÉS À BRUN			
	• CAROTTES, NAVETS, PETITS OIGNONS, COURGETTES, CONCOMBRES, CÉLERI-RAVE, ETC.	- **Bouquetière de légumes** - Carottes Vichy, légumes à la crème	130	890 891
	PETITS POIS CUITS À COURT-MOUILLEMENT			
	• PETITS POIS À LA FRANÇAISE	- **Petits pois paysanne** - Petits pois bonne-femme, fermière	131	892 893
	GRAINES DE LÉGUMINEUSES SÈCHES (haricots cocos, lingots, flageolets, chevriers verts, haricots rouges, lentilles, etc.)			
	• HARICOTS SECS AU BEURRE (COCOS, LINGOTS, FLAGEOLETS)	- **Lentilles vertes au lard** - Haricots blancs à la lyonnaise, rouges à la bourguignonne, cocos de Paimpol à la crème, estouffat de tarbais à l'occitane, lentilles de Cilaos au boucané	132	894 895
	LÉGUMES BRAISÉS			
	• LAITUES, CŒURS DE CÉLERI, FENOUIL BULBEUX	- **Choux verts braisés** - Endives braisées, marrons braisés	133	896 897
	POMMES DE TERRE «BRAISÉES» DANS UN FOND BLANC			
	• POMMES BOULANGÈRE	- **Pommes fondantes** - Pommes de terre de Saint-Flour, au lard	134	898 899
	PÂTES FRAÎCHES ET INDUSTRIELLES			
	• SPAGHETTIS AU BEURRE COQUILLETTES, PENNES, PAPILLONS, MACARONIS, ...	- **Pâtes fraîches au beurre** - Nouilles fraîches à l'alsacienne, spätzle ou cordons de pâte à l'alsacienne, fettucines à la génoise, spaghettis al pomodoro e basilico, gratin de macaronis	135	900 901

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES GARNITURES D'ACCOMPAGNEMENT (suite)				
	LA CUISSON DU RIZ			
	• RIZ PILAF OU PILAW, NATURE ET CRÉOLE	- **Riz «nature» et riz créole** - Riz pilaf dieppoise, valencienne, rizzoto italienne, milanaise, «riz sauvage»	**136**	**902** **903**
	POMMES DE TERRE SAUTÉES À CRU ET POMMES DE TERRE CUITES EN ROBE DES CHAMPS ET SAUTÉES			
	• POMMES SAUTÉES À CRU	- **Pommes miettes** - Pommes lyonnaise, sarladaise, sautées provençale, Mireille	**137**	**904** **905**
	POMMES DE TERRE RISSOLÉES			
	• POMMES DE TERRE RISSOLÉES, NOISETTES, PARISIENNE, COCOTTE, CHÂTEAU, PARMENTIER		**138**	**906**
		- Pommes parisienne, alsacienne, Parmentier, bonnotte de Noirmoutier à la fleur de sel		**907**
	POMMES DE TERRE SÈCHES TRAITÉES À LA FRITURE • 2 MÉTHODES			
	• POMMES PAILLE, CHIPS, GAUFRETTES en une seule cuisson POMMES ALLUMETTTES ET PONT-NEUF en deux cuissons		**139**	**908**
		- Pommes mignonnettes, collerettes		**909**
	POMMES DÉRIVÉES DE LA POMME DUCHESSE			
	• POMMES CROQUETTES	- **Pommes dauphine** - Pommes amandine, Elisabeth, Lorette, St-Florentin, Berny ou croquettes périgourdine, croquettes de marron, croquettes à la lyonnaise	**140**	**910** **911**
	GRATINS DE LÉGUMES			
	• GRATIN DE POMMES DE TERRE AU FROMAGE	- **Gratin de pommes de terre façon dauphinois** - Gratins de pommes de terre façon savoyarde, forézien, normande, des capucins, de chouchoux au coco d'mort	**141**	**912** **913**
	FLANS DE LÉGUMES			
	• FLANS DE LÉGUMES	- **Flans de tomate** - Flans de courgette à la fleur de thym, d'ail rose de Lautrec	**142**	**914** **915**
	GARNITURES D'ACCOMPAGNEMENT À CARACTÈRE MÉRIDIONAL			
	• GRATIN DE COURGETTES	- **Ratatouille façon niçoise** - Gratins Ismael Bayeldi, provençale, tomates provençales	**143**	**916** **917**
	LÉGUMES FARCIS			
	• PETITS LÉGUMES FARCIS FAÇON NIÇOISE	- **Christophines farcies** - Tomates farcies pour petites garnitures d'appellation (Judic, Richelieu, ...), fleurs mâles de courgettes farcies	**144**	**918** **919**

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES DESSERTS				921
	ENTREMETS FROIDS DE CUISINE À BASE D'APPAREIL À CRÈME PRISE SUCRÉ			
	• CRÈME RENVERSÉE AU CARAMEL	- **Pots de crème** - Crèmes Opéra, Viennoise, beau rivage, brûlée, Catalane, night and day	145	922 923
	ENTREMETS FROIDS DE CUISINE À BASE DE MERINGUE À LA FRANÇAISE POCHÉE			
	• ŒUFS À LA NEIGE	- **Île flottante au caramel** - Œufs à la neige au caramel, à la cassonade, aux pistaches et au miel	146	924 925
	ENTREMETS FROIDS DE CUISINE			
	• MOUSSE AU CHOCOLAT	- **Mousse aux deux chocolats** - Mousses au chocolat noir et griottes, à la menthe et au chocolat, au chocolat noir, trilogie de mousse au chocolat	147	926 927
	ENTREMETS FROIDS DE CUISINE À BASE DE PULPE DE FRUITS ET DE SIROP COLLÉ (BAVAROIS AU SIROP)			
	• CHARLOTTE AUX POIRES	- **Charlotte aux framboises** - Charlottes aux fraises, normande, exotique, aux fruits divers	148	928 929
	ENTREMETS FROIDS DE CUISINE À BASE DE CRÈME ANGLAISE COLLÉE (BAVAROIS AUX ŒUFS)			
	• BAVAROIS RUBANNÉ	- **Charlotte à la russe ou à la parisienne** - Bavarois Clermont, praliné, religieuse, arabica	149	930 931
	ENTREMETS FROIDS DE CUISINE À BASE DE RIZ AU LAIT ET DE FRUITS			
	• FRUITS CONDÉ	- **Semoule aux raisins, sauce caramel** - Couronne ou turban de riz au caramel, riz «glacé» aux framboises, couronne de riz aux pommes, croquettes de riz aux fruits confits, terrinée ou tourgoule	150	932 933
	ENTREMETS FROIDS DE CUISINE À BASE DE BISCUIT ET DE CRÈME PRISE SUCRÉE			
	• PUDDING DIPLOMATE OU PUDDING DE CABINET	- **Pudding aux raisins et sabayon au malaga** - Bread and butter pudding, pudding à la française, pain perdu à l'ancienne	151	934 935
	ENTREMETS FROIDS DE CUISINE À BASE DE RIZ AU LAIT ET D'APPAREIL À BAVAROIS AUX ŒUFS			
	• RIZ À L'IMPÉRATRICE	- **Tarte au riz à la normande** - Riz maltais, riz à la sicilienne, couronne de riz Palerme	152	936 937
	ENTREMETS CHAUDS DE CUISINE À BASE DE FRUITS ET DE PÂTE À FRIRE			
	• BEIGNETS DE POMMES	- **Beignets de semoule** - Beignets d'ananas, de banane, de crème ou crèmes frites	153	938 939
	ENTREMETS CHAUDS DE CUISINE À BASE DE CRÈME PÂTISSIÈRE			
	• SOUFFLÉS À LA LIQUEUR	- **Crêpes soufflées à l'orange** - Soufflés au chocolat, arlequin, Sao Paulo, Rothschild, aux fruits (fraises, framboises)	154	940 941

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES DESSERTS (suite)				
	ENTREMETS CHAUDS DE CUISINE À BASE DE CRÊPES			
	• CRÊPES AU SUCRE	- **Crêpes fourrées ou pannequets** - Crêpes flambées, Suzette, au sarrazin (galettes), aumonières normande	**155**	**942** **943**
	PÂTISSERIES À BASE DE GÉNOISE, CRÈME PÂTISSIÈRE ET CRÈMES DÉRIVÉES			
	• ENTREMETS FAÇON SINGAPOUR	- **Gâteau Grand Siècle** - Marquise, Mont-Blanc, Fraisier	**156**	**944** **945**
	PÂTISSERIES À BASE DE GÉNOISE, DE CRÈME AU BEURRE ET DE CRÈME MOUSSELINE			
	• MOKA	- **Bûche de Noël** - Mascotte, entremets au chocolat, Grand Duc	**157**	**946** **947**
	PÂTISSERIES À BASE DE PÂTE À CHOUX GARNIES DE CRÈME CHANTILLY			
	• CHOUX CHANTILLY	- **Saint-Honoré** - Cygnes Chantilly, panier de fruits rouges Chantilly, profiteroles au chocolat	**158**	**948** **949**
	PÂTISSERIES À BASE DE PÂTE À CHOUX GARNIES DE CRÈME PÂTISSIÈRE			
	• CHOUX À LA CRÈME, ECLAIRS CAFÉ - CHOCOLAT	- **Paris-Brest** - Religieuse, glands, salammbôs, chouquettes, casse-museaux glacés	**159**	**950** **951**
	PÂTISSERIES À BASE DE PÂTE BRISÉE SUCRÉE ET DE MARMELADE DE FRUITS			
	• TARTE AUX POMMES	- **Crumble aux pommes et à la rhubarbe** - Tartes Maître Pons, aux pommes caramélisées, aux pommes grillagée	**160**	**952** **953**
	PÂTISSERIES À BASE DE PÂTE BRISÉE, DE FRUITS ET DE CRÈME PRISE SUCRÉE			
	• TARTE AUX POMMES À L'ALSACIENNE	- **Tarte Chiboust aux pommes** - Clafoutis aux cerises du Limousin, tarte soufflée aux pommes	**161**	**954** **955**
	PÂTISSERIES À BASE DE PÂTE FEUILLETÉE			
	• TARTES FEUILLETÉES AUX FRUITS	- **Tarte fine aux pommes** - **Tarte marguerite aux fruits**	**162**	**956** **957**
	TARTES AUX FRUITS À BASE DE PÂTE BRISÉE SUCRÉE			
	• TARTE AUX POIRES ET À LA CRÈME D'AMANDES	- **Tarte aux fruits rouges** - **Tarte duo de cerises**	**163**	**958** **959**
	• TARTE AU CITRON	- **Tarte à l'orange** - Tarte aux framboises et aux fruits de la passion	**164**	**960** **961**

	Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES DESSERTS (suite)				
	TARTE EN PÂTE SUCRÉE			
	• TARTE AU CHOCOLAT		**165**	**962**
	PÂTISSERIES À BASE DE PÂTE FEUILLETÉE ET DE CRÈME D'AMANDES			
	• PITHIVIERS	- **Jalousie à la crème d'amandes** - Pithiviers aux poires, aux cerises noires de Sologne, Dartois aux pommes, feuilleté aux fraises	**166**	**964** **965**
	PÂTISSERIES À BASE DE PÂTE FEUILLETÉE			
	• MILLE-FEUILLE	- **Mille-feuille rond au Cointreau** - Mille-feuille au chocolat, individuel caramélisé aux pruneaux et à l'orange, glacé jour et nuit	**167**	**966** **967**
	PÂTISSERIES À BASE DE PÂTE LEVÉE			
	• SAVARIN CHANTILLY	- **Kugelhopf** - Savarins à la crème, aux fruits exotiques, baba au rhum, Marignan, pomponnettes	**168**	**968** **969**
	ENTREMETS AU FROMAGE BLANC			
	• ENTREMETS FAÇON TIRAMISU	- **Couronne au fromage blanc et aux fruits frais** - Tarte au fromage blanc	**169**	**970** **971**
	• ENTREMETS AU FROMAGE BLANC ET AUX FRUITS ROUGES		**170**	**972**
	ENTREMETS AU CHOCOLAT			
	• OPÉRA		**171**	**973**
	• ENTREMETS FAÇON FORÊT NOIRE	- **Moelleux au chocolat, glace au gingembre et coulis d'agrumes** - Marquise au chocolat	**172**	**974** **975**
	DESSERTS SUR ASSIETTE À BASE DE FRUITS ROUGES ET DE CRÈME PÂTISSIÈRE ALLÉGÉE			
	• FEUILLANTINE AUX FRAMBOISES, CRÈME LÉGÈRE À LA PISTACHE	- **Mille-feuille croustillant aux fraises, crème légère au Cointreau** - Feuillantine aux fruits rouges	**173**	**976** **977**
	ENTREMETS À BASE DE FRUITS			
	• MIROIR PASSION FRAMBOISE		**174**	**978**

Recettes détaillées	Plats dérivés et similaires	N° fiche	Pages
LES GLACES, SORBETS, COUPES ET DESSERTS GLACÉS			979
DESSERTS À BASE DE GLACES AUX ŒUFS			
• GLACE À LA VANILLE ET GLACES DÉRIVÉES	- **Crème glacée, glace à la crème** - Glaces plombière, aux pruneaux, antillaise, aux marrons	175	980 981
DESSERTS À BASE DE FRUITS ET DE GLACES AUX ŒUFS			
• FRUITS MELBA	- **Tulipe de poire Mary Garden** - Fraises Nina, nectarine Alexandra, poire cardinal, cerises Jubilé	176	982 983
• POIRES BELLE-HÉLÈNE	- **Poire pochée belle dijonnaise** - Banana-split, tulipe de pomme glace au pain d'épices, poire rôtie à la crème de cassis glace au poivre	177	984 985
DESSERTS À BASE DE SORBETS AUX FRUITS, AUX VINS, ALCOOLS ET LIQUEURS			
• SORBETS AUX FRUITS	- **Sorbets alcools et liqueurs**	178	986 987
ENTREMETS GLACÉS			
• NOUGAT GLACÉ, COULIS DE FRAMBOISES	- **Omelette norvégienne** - Nougat glacé exotique	179	988 989
DESSERTS GLACÉS À BASE D'UN APPAREIL À BOMBE			
• SOUFFLÉ GLACÉ À LA LIQUEUR	- **Parfait glacé praliné** - Soufflé glacé aux fruits, parfait glacé aux fruits	180	990 991
DESSERTS À BASE DE FRUITS FRAIS			
• SALADE DE FRUITS	- **Tulipes de fraises Romanoff** - Tulipes de fruits rouges à la crème Chantilly, salade d'oranges aux fruits secs, compote de fruits, fraises au vin, terrine d'agrumes au Sauternes	181	992 993
GRATINS DE FRUITS			
• GRATINÉE D'AUTOMNE AU CALVADOS	- **Gratin de poires aux amandes** - Gratin de fruits rouges sur sabayon au Grand-Marnier	182	994 995
PETITS FOURS SECS (macarons, cigarettes russes, palets aux raisins, langues de chat, tuiles aux amandes, sablés diamants)			
• MACARONS CAFÉ / CHOCOLAT	- **Tuiles aux amandes** - **Palets de dame, palets aux raisins, langues de chat** - **Cigarettes russes** - **Sablés diamants**	183	996 997 998

VOCABULAIRE PROFESSIONNEL



Abaisser

Abaisser - Donner une certaine épaisseur à une pâte à l'aide d'un rouleau à pâtisserie ou d'un laminoir.

Abats - Tête, pieds, cervelle, rognons, foie, langue, cœur, amourette et ris des animaux de boucherie.

Abattis - Tête, cou, ailerons, pattes, gésier, cœur et foie de volailles ou de gibiers à plumes.

Abricoter (ou napper, ou lustrer pour une tarte) - Etendre à l'aide d'un pinceau une fine pellicule de nappage blond bouillant ou de la gelée d'abricots sur une tarte, une génoise, ou tout autre entremets. Cette technique permet d'améliorer la présentation en donnant un aspect brillant, de modifier et d'améliorer le goût, et d'isoler la préparation du contact direct de l'air (limite le dessèchement des fruits). Dans le cas d'un mille-feuille, la «sous-couche» de nappage abricot facilite le glaçage au fondant.

Affriter ou affranchir - Nettoyer une poêle en acier noir en la chauffant, en la frottant avec du sel, puis en la faisant brûler légèrement avec un peu d'huile pour l'empêcher de coller.

Anglaise - Mélange à base d'œufs battus, d'huile, de sel et de poivre, éventuellement d'un peu d'eau, utilisé pour paner divers éléments.

Appareil - Mélange de différents éléments entrant dans la composition d'un plat. Exemple : appareil à soufflé, à biscuit, à crème prise.

Araser - Couper à ras : feuilles, racines, fanes.

Arroser - En cours de cuisson, verser sur une viande sa graisse ou du beurre fondu pour l'empêcher de sécher.

Aspic - Entrée froide gélifiée et moulée.

Assaisonner - Donner de la saveur à une préparation culinaire en lui ajoutant du sel, du poivre ou des épices.



Bain-marie

Bain-marie - a) Récipients de forme cylindrique et récipients gastronormes destinés à maintenir au chaud les sauces ou les potages. Leur forme étroite et haute permet de réduire l'évaporation. Le bain-marie doit être placé dans une caisse à bain-marie contenant de l'eau à une température voisine de l'ébullition.
b) Cuire au bain-marie : technique de cuisson destinée à certaines préparations délicates ne supportant pas le contact direct ou brutal de la chaleur. Exemples : œufs brouillés, génoise, œufs cocotte, etc.

Barbe - Petites nageoires transversales (voir ébarber).

Barder - Recouvrir d'une mince couche de lard gras une pièce de volaille, de gibier ou de boucherie, pour éviter le dessèchement pendant la cuisson.

Béatilles - Petit ragoût d'abats et d'abattis (crête et rognons de coq, ris d'agneau, champignons, ...) lié avec un velouté ou une sauce suprême et employé comme garniture de bouchées, de croustades, de vol-au-vent, de tourtes, etc.

Beurre clarifié (voir clarifier).

Beurre en pommade - Beurre frais ramolli et travaillé à la spatule jusqu'à la consistance d'une pommade.

Beurre manié - Mélange de beurre en pommade et de farine permettant d'obtenir «l'à point» de la liaison d'une sauce.

Beurrer - a) Enduire un moule, un plat ou un papier sulfurisé de beurre clarifié, avec un pinceau, pour empêcher les aliments de coller.
b) Ajouter des particules de beurre à un potage ou à une sauce. Voir tamponner et monter au beurre.

Blanc - Mélange de farine et d'eau froide, ajouté à de l'eau bouillante citronnée, utilisé pour la cuisson de certains légumes et de certains abats blancs (fonds d'artichauts, pieds et tête de veau). Le récipient de cuisson est recouvert d'une pellicule d'huile et d'un papier sulfurisé.

Blanchir - a) Cas des légumes : plonger les légumes dans de l'eau bouillante durant quelques minutes, puis les rafraîchir et les égoutter pour éliminer leur âcreté (c'est une cuisson complète pour les épinards). Les pommes de terre et les légumes secs se blanchissent «départ eau froide».
b) Cas de la viande : immerger dans de l'eau froide, puis porter à ébullition les viandes et les abats, pour éliminer l'excédent de sel, les impuretés ou raffermir les chairs.
c) Cas de la pâtisserie : travailler vigoureusement à l'aide d'une spatule, des jaunes d'œufs et du sucre pour préparer la crème anglaise, la crème pâtissière, etc.

Blondir - Faire colorer très légèrement un aliment jusqu'à l'obtention d'une couleur blonde (farine, oignons).

Bloquer au froid - Faire prendre rapidement une préparation au froid négatif (voir sangler).

Bouler - Rouler des boules de pâte dans le creux des mains et effectuer un mouvement circulaire, de façon à obtenir des boules régulières (pâte brisée, sucrée, à brioche). On dit “bouler ou façonner le corps des brioches”.

Bouquet garni - Queues de persil, thym et laurier ficelés solidement et, selon les utilisations, vert de poireau ou céleri.

Braiser - Cuire lentement au four dans une braisière et à court mouillement (voir cours de technologie sur les différentes techniques de cuisson).

Brider - Fixer les membres d'une volaille à l'aide d'une aiguille et de ficelle, pour donner à la pièce une bonne présentation et régulariser sa cuisson.

Brunoise - Légumes coupés en petits dés servant de garniture pour certains potages ou pour certaines sauces (consommé brunoise, sauce américaine).

Buisson - Manière de dresser les crustacés en forme de pyramide (écrevisses, crevettes bouquets).





Canneler - Pratiquer de petites cannelures, à l'aide d'un couteau canneleur, à la surface de certains fruits pour améliorer leur présentation.

Capilotade - Petit ragoût de volaille réchauffé dans une sauce de même nature (velouté de volaille, sauce suprême). Voir salmigondis et béatilles.

Caraméliser - Enduire un moule avec du sucre cuit ou caramel. Parfois synonyme de pincer (caraméliser les sucs de viande).

Carcasse - Ensemble osseux d'un animal (squelette).

Cardinaliser - Faire revenir vivement des crustacés ou des carapaces de crustacés jusqu'à ce qu'ils deviennent très rouges (réalisation de la sauce américaine, des bisques de crustacés).

Cerner - Pratiquer une petite incision à l'aide de la pointe d'un petit couteau d'office en contournant un fruit ou un légume devant être évidé (tomate, courgette farcie, fruits givrés, ...).

Chablon - Formes prédécoupées permettant de dresser régulièrement divers appareils avant cuisson (petits fours par exemple).

Chapelure - Pain séché, pilé et tamisé.

Châtrer - Eliminer le boyau central des écrevisses avant de les marquer en cuisson.

Chaufroiter - Napper des pièces froides de buffet avec de la sauce chaud-froid (velouté crémé et collé à la gelée).

Chemiser - Enduire ou appliquer contre les parois d'un moule une couche de gelée, de glace, de pain de mie, de jambon, de laitue ou de biscuits, avant de remplir le centre du moule avec une autre préparation.

Chiffonnade - Laitue ou oseille détaillée (ciselée) en fines lanières et étuvée au beurre ; utilisée comme garniture pour certains potages ou comme élément de décoration.

Chinoiser - Passer au chinois.

Chiqueter - Favoriser la présentation des bords d'une abaisse de pâte (feuilletée, à foncer, brisée) en pratiquant de petites entailles à l'aide d'un couteau d'office. Voir pincer.

Ciseler - a) Faire de légères incisions à la surface d'un gros poisson ou de ses filets pour en faciliter la cuisson.
b) Emincer la laitue ou l'oseille. Voir chiffonnade.
c) Détailler les oignons ou les échalotes en petits dés (hacher).

Citronner - Frotter la surface de certains fruits (pommes, poires) ou de certains légumes (céleri rave, fonds d'artichauts) avec du citron pour éviter leur brunissement au contact de l'air ou pendant la cuisson.

Clarifier - a) Rendre clair un consommé ou une gelée au moyen de blanc d'œuf ou de sang.
b) Séparer les blancs des jaunes d'œufs.
c) Faire fondre doucement du beurre au bain-marie pour séparer les matières non grasses (petit lait...).
d) Faire fondre de la graisse de porc ou de volaille pour séparer les matières non grasses.

Clouter - a) Introduire des clous de girofle dans un oignon (garniture aromatique des fonds blancs).
b) Introduire à la surface d'une viande de boucherie, d'une volaille ou d'un poisson, des petits bâtonnets de jambon, de truffe, de langue écarlate ou d'anchois. Voir piquer.

Coller - Modifier ou raffermir la consistance de certaines préparations par addition de gelée ou de gélatine. Exemples : réalisation des gelées, de la sauce chaud-froid, des mousses de viande, de poisson ou de légumes, de la sauce mayonnaise ou de l'appareil à bavarois.

Compoter - Cuire doucement et longuement des oignons ou des poivrons sur la plaque du fourneau jusqu'à leur déliquescence.

Concasser - Hacher grossièrement (persil, tomates, os, arêtes, etc.).

Confire - a) Cuire très longtemps et lentement de la viande de porc, d'oie ou de canard dans sa graisse clarifiée.
b) Cuire des fruits progressivement dans un sirop de plus en plus concentré (fruits confits, marrons glacés).
c) Conserver des fruits ou des légumes dans de l'alcool, du vinaigre ou de l'huile (petits oignons, piments, citrons...).

Contiser - Inciser délicatement la peau d'une volaille, d'un gibier ou de certains poissons, pour pouvoir y glisser une lamelle de truffe.

Corder - Etat d'une pâte ou d'une purée de pommes de terre dont la consistance devient élastique (état glutineux).

Cordon - Sauce que l'on dispose régulièrement tout autour d'une pièce.

Corner - Nettoyer soigneusement le bord d'un récipient à l'aide d'une corne ou d'une spatule en caoutchouc.

Corser - Augmenter la saveur d'un mets, soit par addition d'éléments sapides (glace de viande ou de poisson, par exemple), soit par réduction.

Coucher - Façonner des choux, des éclairs ou des meringues sur une plaque à pâtisserie à l'aide d'une poche munie d'une douille.

Couronne - Dresser en couronne : garnir le fond d'un plat avec une préparation en laissant un espace libre au milieu pour y placer une autre garniture (couronne ou turban de riz).

Crémer - a) Ajouter de la crème à une préparation.
b) Mélanger vigoureusement du sucre et du beurre en pommade à l'aide d'une spatule ou d'un petit fouet.

Crever - Plonger du riz (soigneusement lavé) dans de l'eau froide et porter à ébullition durant quelques minutes jusqu'à éclatement des grains. Synonyme de "blanchir". C'est la première phase de la réalisation du riz au lait, du riz Condé et du riz Impératrice.

Croustades - Bouchées plates de formes diverses, généralement réalisées avec des rognures de feuilletage.

Cuisson - Action de cuire ; s'emploie également pour désigner le liquide dans lequel a cuit un aliment.





Darne - Tranche de gros poisson rond (pour une personne) de 2 à 3 cm d'épaisseur.

Débarrasser - Transvaser ou placer un aliment solide ou liquide dans un récipient «à débarrasser» adapté (plaque, calotte, bahut, bank). Couvrir ou filmer, refroidir en cellule si nécessaire, identifier et réserver en enceinte réfrigérée.

Décanter - a) Pour le beurre clarifié : éliminer l'écume (formée de matières non grasses), puis changer le beurre fondu de récipient pour bien le séparer du petit lait.
b) Pour la viande : changer une préparation de récipient (ragoût, fricassée) afin d'en éliminer la garniture aromatique.

Décercler - a) En fin de cuisson d'une tarte, ôter le cercle pour dorer la bordure de pâte.
b) Se dit également pour les entremets montés en cercle.

Décortiquer - Eliminer la carapace de certains crustacés (crevettes, langoustines, etc.).

Décuire - Ramener un sucre cuit à un degré de concentration inférieur, en ajoutant un peu d'eau.

Dégermer - Partager les gousses d'ail en deux, pour en extraire le germe.

Déglacer - Liquéfier les sucs caramélisés au fond d'un récipient de cuisson en ajoutant un liquide (eau, fond, vin).

Dégorger - a) Laisser les aliments dans de l'eau courante froide pour les débarrasser des impuretés qu'ils contiennent (arêtes de poisson, abats, etc.).
b) Eliminer une partie de l'eau de végétation de certains légumes en les saupoudrant de sel (concombres, choux).

Dégourdir - Amener des ingrédients réfrigérés à la température ambiante de la cuisine pour qu'ils retrouvent leurs qualités plastiques et les travailler plus facilement. Exemple : un pâton de feuilletage pour le tourer, les ingrédients nécessaires à la réalisation d'une pâte levée (brioche, savarin) pour favoriser et activer la fermentation. Synonyme de «tempérer». ou «assoupir» pour la matière grasse.

Dégraisser - a) A l'aide d'une petite louche, éliminer la graisse qui se forme à la surface d'un fond, d'une sauce, etc.
b) Eliminer l'excédent de graisse d'un morceau de viande.

Déhousser - Extraire la membrane cornée (la housse) des gésiers de volailles.

Dénerver - Eliminer les «parties nerveuses», les aponévroses d'une viande ou les tendons d'une volaille.

Dénoyauter ou énoyauter - Oter les noyaux de certains fruits (olives, cerises).

Denteler - Découper en forme de «rosace» ou d'arc de cercle le pourtour d'une tarte marguerite ou d'un Pithiviers à l'aide d'un couteau d'office.

Dépouiller - a) Durant la cuisson d'une sauce, d'un potage ou d'un fond, éliminer la peau qui se forme à la surface.
b) Arracher la peau (dépecer) des lièvres, des lapins, des anguilles, des soles, etc.

Dérober - Eliminer la peau des fèves.

Dés - Aliments découpés en forme de cubes. Voir brunoise et mirepoix.

Désosser - Eliminer les os.

Dessécher - Travailler une pâte ou une purée sur le feu jusqu'à l'évaporation partielle de l'eau de constitution.

Desserte - Préparations invendues, retours du buffet ou de la table de tranche.

Détendre - Donner à une sauce ou à un potage une consistance plus fluide, par addition d'un fond ou d'un liquide de même nature.

Détrempe - Mélange de farine, d'eau et de sel constituant le point de départ de la confection de certaines pâtes (pâte feuilletée).

Dorer - Etendre de la dorure sur des choux, des éclairs, des pâtes diverses, à l'aide d'un pinceau, pour favoriser leur coloration pendant la cuisson.

Dresser - Disposer harmonieusement les mets sur les plats ou les assiettes de service.

Duxelles - Préparation à base de champignons de Paris finement hachés et étuvés au beurre avec de l'oignon et de l'échalote ciselés (base de nombreuses farces).



Ebarber

Ebarber - a) Première phase de l'habillage des poissons : éliminer les nageoires. Exemple : retirer les petits nageoires des soles pochées à court-mouillement.
b) Parer les œufs pochés.

Ecailler - a) Eliminer les écailles des poissons.
b) Gratter les pattes des volailles après les avoir flambées.

Ecaler - Eliminer la coquille des œufs durs ou des œufs mollets.

Ecorcher - Arracher à vif la peau d'une anguille. Synonyme de dépouiller.

Ecosser - Eplucher spécifiquement les graines des légumineuses (petits pois, fèves, haricots en grains).

Ecumer - Eliminer, à l'aide d'une écumoire, l'écume qui se forme à la surface d'un fond ou d'une sauce.

Effeuiller - Séparer les feuilles des tiges (basilic, estragon, cresson).

Effilandrer ou deffilandrer - Effiler ou ôter tous les fils ou les filandres des légumes à côtes ou pétioles particulièrement filandreux (céleri branche, côtes de bettes, cardons, rhubarbe, ...).

Effiler - a) Eplucher spécifiquement les haricots verts en éliminant les fils.
b) Détailler les amandes et les pistaches en fines lamelles.

Egoutter - Eliminer une partie de l'eau imprégnant un aliment en le plaçant sur un tamis, dans un chinois, une passoire ou en utilisant une essoreuse centrifuge.

Egrapper - Extraire les grains de raisin, de groseille ou de cassis de la rafle. Les grains de raisin sont ensuite épluchés ou mondés, puis épépinés.

Egrener - a) Voir égrapper.
b) Séparer les grains de riz ou de semoule après la cuisson à l'aide d'une fourchette.

Embosser (ou pousser) - Remplir des boyaux avec une préparation, fabrication du boudin, des saucisses...

Emincer - Couper (tailler) en tranches fines et minces oignons, poireaux, paysanne de légumes...

Enrober - Recouvrir uniformément un aliment en le trempant ou en le nappant (pâte à frire, glace de viande, chocolat).

Eplucher - Eliminer les parties non comestibles d'un aliment.

Escaloper - Trancher dans le sens transversal (champignons, fonds d'artichauts).

Etuver - Chauffer ou cuire lentement à couvert un aliment dans son eau de végétation avec un peu de beurre.

Evider - Eliminer l'intérieur de certains légumes ou fruits avant de les farcir (fruits givrés, tomates, courgettes farcies).

Exprimer - Extraire l'eau, le jus ou les graines d'un aliment en le pressant fortement.



Farce

Farce - Préparation à base d'aliments hachés, assaisonnés et parfois liés, utilisée pour la confection des quenelles, des pâtés, des terrines, des galantines ou pour garnir certaines préparations (poitrine farcie, tomates, champignons farcis).

Festonner - Disposer tout autour d'un plat ou d'une préparation une bordure de demi-lamelles de citron, d'orange, de concombre cannelés, de croûtons de pain de mie frits, de détails de gelée, etc.

Filet - a) Partie la plus délicate d'un animal (filet de bœuf, filet de sole, filet de volaille).
b) Quelques gouttes de jus de citron ou de vinaigre ajoutées dans une préparation.

Fileter - Lever les filets d'un poisson à l'aide d'un couteau à lame flexible.

Filmer - Protéger une préparation en la recouvrant d'un film plastique alimentaire.

Flamber - a) Passer rapidement à la flamme une pièce de volaille ou de gibier à plumes pour éliminer les duvets.
b) Arroser une préparation d'alcool ou de liqueur (Cognac, Calvados) et l'enflammer, généralement avant la réalisation d'une sauce (steak au poivre, sauce américaine).

Flanquer - Disposer autour d'une pièce principale de petits éléments de garniture de même nature que la pièce.

Fleurer - Synonyme de fariner. Saupoudrer très légèrement un tour ou un marbre à pâtisserie avec de la farine. Cette technique permet d'éviter aux pâtes et aux abaisses de coller.

Fleurons - Petits motifs de décoration en forme de croissant et réalisés à partir de rognures de feuilletage.

Foisonner - Fouetter énergiquement une préparation (crème mousseline) pour alléger sa consistance en incorporant le maximum d'air ou en l'émulsionnant. Se dit également pour un appareil à crème glacée (mix à soft ice) qui augmente de volume lors du turbinage ou sanglage.

Foncer - Garnir soit le fond d'un récipient de cuisson avec une garniture aromatique (braisière), soit un cercle à tarte, soit un moule avec une pâte.

Fondre - Cuire doucement et à couvert, sans eau, avec un peu de beurre. Voir étuver. Exemples : chiffonnade de laitue ou d'oseille, fondue de poireaux, de tomates.

Fontaine - Forme de couronne (ou puits) donnée à la farine étalée sur un marbre à pâtisserie.

Fouler - Passer une préparation au chinois en appuyant fortement avec un pochon pour en exprimer le maximum.

Fraiser - Rendre une pâte (brisée, sablée) plus homogène en l'écrasant et en la poussant devant soi sur le marbre à pâtisserie avec la paume de la main ou une corne.

Frapper - Abaisser rapidement la température d'une préparation en la plaçant dans un bain de glace vive additionné de sel.

Frémir - Faire bouillir très lentement.

Frire - Technique de cuisson qui consiste à immerger un aliment dans un bain d'huile chauffé à une température variant selon la nature de l'aliment à traiter.

Fumet - a) Arôme dégagé par une préparation culinaire.
b) Fond de cuisine corsé (fumet de poisson, de gibier).



Griller

Gastrique - Mélange de sucre et de vinaigre blanc cuit jusqu'à obtention d'une couleur blonde. La gastrique est à la base des sauces aigres-douces renfermant des fruits (canard à l'orange).

Glacer - a) Arroser une pièce de viande de boucherie ou de volaille, poêlée ou braisée, avec son fond de cuisson, en l'exposant à la chaleur d'un four ou d'une salamandre jusqu'à obtenir une pellicule brillante.
b) Laisser «gratiner» légèrement sous la salamandre les sauces poisson montées au beurre ou additionnées de sauce hollandaise ou d'un sabayon.
c) Technique de cuisson applicable aux carottes, aux navets ou aux petits oignons. L'aliment est cuit avec un peu d'eau, du beurre, du sel et du sucre ; en fin de cuisson, l'eau doit être complètement évaporée, le beurre et le sucre doivent envelopper le légume d'une pellicule brillante.
d) Donner un aspect brillant à certains entremets ou pièces en pâte feuilletée (crêpes, soufflés, beignets, Pithiviers) en les saupoudrant de sucre glace et en les exposant à la chaleur vive d'un four ou sous la salamandre. Le sucre glace peut être remplacé par du sirop à 1.260°D étendu à l'aide d'un pinceau.
e) Glacer des petits fours. Voir également gommer. Donner un aspect brillant à des petits fours en les lustrant à la sortie du four avec un mélange bouillant composé de sirop à 1.260°D et de glucose.
f) Recouvrir la surface de certaines pâtisseries de pâte à glacer, de fondant ou de caramel (choux à la crème, éclairs, génoises, Salammbôs...).
g) Enrober les fruits déguisés d'une fine pellicule de sucre cuit au grand cassé (150/152 °C).
h) Glacer des poissons. Réserver les poissons entre deux couches de glace fondante fraîchement pilée.

Gommer - Glacer ou lustrer des petits fours, à l'aide d'un pinceau, avec de la gomme arabique fondue au bain-marie.

Grainé - a) Etat d'un sirop de sucre insuffisamment graissé qui se cristallise.
b) Etat des blancs d'œufs trop battus ou mal battus, qui laissent apparaître une quantité de petits grains.

Graisser - a) Enduire un moule ou une plaque à pâtisserie de beurre clarifié (ou de graisse spéciale en bombe pour plaques à pâtisserie) à l'aide d'un pinceau, ce qui évite aux aliments de coller.
b) Ajouter quelques grammes de crème de tartre ou d'acide tartrique à un sirop de sucre pour l'empêcher de cristalliser.

Gratiner - Saupoudrer une préparation de gruyère, de parmesan ou de mie de pain, puis l'exposer sous la salamandre pour obtenir une coloration dorée et brillante.

Griller - Exposer un aliment (petites pièces de viande, de volaille, de poisson et de légumes) à l'action directe de la chaleur rayonnante d'une prussienne, d'une salamandre, d'un gril électrique ou d'un gril à gaz.



Habiller

Habiller - Phases préliminaires de la préparation d'une volaille (étirer, flamber, parer, vider, préparer les abattis) ou d'un poisson (écailler, ébarber, vider, laver, éponger) avant la mise en cuisson.

Hacher - Réduire en petits morceaux à l'aide d'un couteau ou d'un robot électrique (mixeur).

Hâtelet - Tige de métal, souvent argentée et décorée, utilisée comme support pour des éléments de décoration.

Historier - Réaliser un décor à l'aide d'un couteau d'office ou d'un couteau spécial (canneleur) sur un légume ou un fruit (citrons, tomates en dents de loup).



Inciser

Inciser - Faire des incisions peu profondes à la surface d'un poisson ou sur la peau grasse d'un suprême de canard pour en faciliter sa cuisson.



Julienne

Julienne - Fins filaments de carottes, navets, truffes, champignons, zestes de citron ou d'orange, etc.



Larder

Larder - Traverser de part en part une grosse pièce de viande (aiguillette de bœuf) à l'aide d'une lardoire garnie de lanières de lard.

Lier - Donner une certaine consistance à un fond, une sauce ou un potage en ajoutant un élément de liaison (amidon, fécule, jaune d'œuf, etc.).

Limoner - Eliminer sous un filet d'eau les parties sanguinolentes et les peaux de certains abats (cervelles, amourettes).

Lisser - a) Battre énergiquement une crème ou une sauce à l'aide d'un fouet ou d'une spatule afin de lui donner une consistance lisse, homogène (sans grumeaux).
b) Masquer un entremets et égaliser soigneusement la crème à l'aide d'une spatule métallique.

Lit - Synonyme de couche ou de socle dans le dressage d'un plat.

Lustrer - Recouvrir un aliment de beurre clarifié, de gelée ou de nappage à l'aide d'un pinceau, pour lui donner un aspect brillant (omelette, pièce de viande rôtie, grillade, tarte, etc.).

Luter - Fermer hermétiquement un récipient de cuisson avec un mélange de farine et d'eau (repère) ou de pâte feuilletée.



Manchonner

Macérer - Mettre des fruits à tremper dans de l'alcool (éventuellement sucré) afin qu'ils s'imprègnent du parfum (zestes d'oranges, fruits confits, etc.).

Manchonner - Dégager la chair qui recouvre certains os (côtelettes, côtes, pilons ou ailes de volailles, etc.) pour favoriser la présentation et pouvoir placer soit une papillote, soit un manchon.

Marbrée - Se dit d'une viande (côte de bœuf, entrecôte) dont les muscles sont séparés par de nombreuses veines grasses.

Marbrer - Imiter les veines du marbre en effectuant un décor (au cornet) sur du fondant à la surface d'un mille-feuille, éventuellement sur un coulis de fruits ou une sauce lors d'un dressage sur assiette.

Mariner - Mettre un aliment (pièces de viande de boucherie, de gibier ou de poisson) dans une marinade, dont la composition diffère selon l'aliment à traiter, le but étant d'attendrir et de parfumer les chairs.

Marquer - Démarrer la cuisson d'un aliment.

Masquer - Recouvrir uniformément un élément (entremets, fond de plat) de crème, de sauce ou de gelée.

Masser - Se dit d'un sirop de sucre sursaturé qui cristallise. Il blanchit, devient trouble, puis laisse apparaître de petits cristaux de sucre contre les parois du récipient. Pour éviter cette réaction, il est nécessaire de «graisser» le sirop en ajoutant du glucose, de la crème de tartre, un peu de jus de citron ou de l'acide citrique.

Matignon - Garniture aromatique taillée en fine paysanne, suée au beurre, puis déglacée avec du vin blanc ou du Madère. La Matignon est composée de carottes, d'oignons, de céleri, de jambon cru et d'un bouquet garni.

Maturer - Laisser reposer un mix (appareil à glace) durant quelques heures en enceinte réfrigérée afin qu'il s'épaississe et fasse l'objet de réactions physico-chimiques visant à améliorer ses qualités gustatives.

Meringuer - a) Ajouter une petite quantité de sucre à des blancs d'œufs en fin de montage, puis les serrer vivement (appareil à soufflé, à biscuits). Cette technique permet d'obtenir un appareil à meringue lisse et limite le risque de le voir grainer.

b) Meringuer une tarte ou un entremets : masquer ou coucher de la meringue à l'aide d'une poche et d'une douille cannelée sur une tarte ou un entremets. Le saupoudrer de sucre glace et le glacer dans un four très chaud ou sous la salamandre.

Mignonnette - a) Poivre concassé.
b) Synonyme de noisettes (mignonnettes d'agneau) taillées dans le filet mignon.

Mijoter - Cuire doucement et régulièrement.

Mirepoix - Garniture aromatique taillée en dés et rissolée, composée généralement de carottes, d'oignons, de céleri, de poitrine de porc et d'un bouquet garni.

Mix (appareil à glace ou sorbet) - Ensemble des ingrédients entrant dans la composition des sorbets et des crèmes glacées.

Monder - Eliminer la peau de certains légumes ou fruits en les plongeant pendant quelques secondes dans de l'eau bouillante et en les rafraîchissant immédiatement (tomates, pêches, prunes, amandes, pistaches, etc.).

Monter - Battre une préparation à l'aide d'un fouet afin d'incorporer de l'air et augmenter ainsi son volume (monter des blancs d'œufs en neige, monter une génoise) ou incorporer de l'huile ou du beurre clarifié dans une sauce «émulsionner» (monter une sauce mayonnaise, monter un beurre blanc).

Mortifier - Laisser rassir (maturer, mûrir) quelques jours la viande ou le gibier dans un endroit réfrigéré et sec afin que les chairs s'attendrissent.

Mouiller - Ajouter un liquide (fond, vin, eau) à une préparation afin de permettre sa cuisson.



Napper

Nacrer - Première phase de la cuisson du riz pilaf : faire revenir lentement et sans coloration du riz non lavé dans de la matière grasse. L'amidon superficiel se transforme en dextrines et le riz acquiert une teinte proche de la nacre.

Napper - Recouvrir uniformément une préparation, avec une sauce ou une crème, à l'aide d'un pochon ou d'une cuillère à potage. Voir masquer.



Paner

P.M. et Q.S. - Quantité non mesurable (à ne pas oublier).
P.M. : (pour mémoire).
Q.S. : Quantité suffisante.

Panade - Sorte de détrempe composée d'eau ou de lait, de beurre et de farine servant de base à la réalisation de farces à quenelles par exemple.

Paner - Avant de cuire un aliment, le recouvrir entièrement de mie de pain ou de chapelure après avoir passé l'aliment dans une anglaise (voir ce mot).

Panoufle - Partie ventrale des selles ou des filets à raccourcir et à aplatir.

Papillote - Sorte de petit manchon en papier glacé blanc destiné à être placé à l'extrémité des os après qu'ils aient été manchonnés.

Partir - Démarrer la cuisson d'un aliment. Voir marquer.

Parures - Déchets ou parties nuisant à la présentation d'un aliment.

Passer - Faire passer un aliment (crème, purée, potage, fond) au travers d'une passoire, d'un chinois, d'un tamis ou d'une étamine, soit pour l'égoutter, soit pour éliminer les parties non consommables.

Pâton - Morceau de pâte non détaillée.

Persillade - Mélange de mie de pain tamisée, d'ail et de persil haché (tomates à la provençale, carré d'agneau persillé).

Persillée - Qualité d'une viande dont les muscles présentent de nombreuses et très fines infiltrations de gras.

Piler - Réduire un aliment en purée à l'aide d'un pilon et d'un mortier.

Pincer - a) Faire caraméliser les sucs d'une viande au fond de son récipient de cuisson (phase préliminaire au déglaçage).
b) Pratiquer de petites cannelures à l'aide d'une pince spéciale sur les crêtes des tartes, tourtes ou pâtés, pour en favoriser la présentation.

Piquer - a) Clouter à l'aide d'une aiguille à piquer.
b) Faire des petits trous à la surface d'une abaisse de pâte pour l'empêcher de gonfler pendant la cuisson.

Pluches - Sommités des tiges ou des feuilles de cerfeuil, de persil ou de cresson (garniture pour certains potages).

Pocher - Cuire un aliment par immersion dans un liquide (eau, fond, fumet, sirop, etc.).

Poêler - Cuire de grosses pièces de viande de boucherie ou de volaille en les plaçant dans un récipient creux avec couvercle, sur une garniture aromatique suée au beurre (Matignon). Cette technique s'applique tout particulièrement aux grosses pièces de viande risquant de sécher si elles sont rôties.

Pointe - Très petite quantité d'un condiment (une pointe de piment de Cayenne).

Pousser - Faire augmenter le volume d'une pâte «levée» en favorisant la fermentation réalisée par les levures. Synonyme de pointer.

Puits - Synonyme de fontaine.

Puncher - Imbiber un biscuit, une génoise ou un fond d'entremets avec un sirop détendu avec du rhum pour apporter du moelleux et de la souplesse. Synonyme d'imbiber ou siroper (dans ce cas, la nature de l'alcool ou de la liqueur n'est pas précisée).



Quadriller

Quadriller - a) Marquer les aliments à griller sur les barreaux du gril afin d'obtenir un quadrillage.
b) A l'aide du dos d'un couteau, marquer certaines préparations panées pour améliorer la présentation (merlans à l'anglaise, escalopes viennoise).
c) Sur une tarte, disposer des bandelettes de pâte en croisillons (Linzertorte...). Synonyme de rioler.



Rôtir

Rabattre (ou rompre la pâte) - Ralentir momentanément la fermentation d'une pâte levée (brioche) et chasser la production de gaz carbonique en repliant la pâte sur elle-même et en appuyant légèrement avec les mains.
Rabattre ou rompre une pâte levée permet de répartir uniformément les levures qui se sont multipliées et d'apporter l'oxygène nécessaire à leur développement ultérieur.

Raffermir - Donner une consistance plus ferme à une pâte, à une crème ou à un appareil, en le plaçant dans une enceinte réfrigérée.

Rafraîchir - a) Refroidir rapidement un aliment à l'eau courante. Exemple : légumes cuits à l'anglaise. Voir frapper.
b) Couper à nouveau la base des racines, des feuilles ou de la queue des fruits et des légumes pour leur redonner un aspect plus frais. Exemple : rafraîchir le talon des laitues, des endives, la queue des poires, ...

Raidir - Faire sauter une viande sans coloration pour en raffermir les fibres. Exemple : fricassée de volaille.

Rayer - Avant la cuisson d'une pâte feuilletée préalablement dorée (Pithiviers, galettes, chaussons...), réaliser un décor régulier avec la pointe d'un couteau.

Réduire - Concentrer un liquide en évaporant une partie de l'eau par ébullition.

Relâcher - Se dit d'une pâte, d'une crème, d'une sauce ou d'une liaison mal réalisée et dont la consistance se détend, ramollit ou devient anormalement liquide. En présence d'une certaine quantité d'acide, une liaison à base d'amidon peut relâcher en cours de cuisson.

Relever - Rehausser la saveur d'un mets à l'aide d'épices ou de condiments.

Remonter - Homogénéiser ou émulsionner à nouveau une sauce dont les éléments se sont dissociés (sauce «tournée»).

Repère - Mélange de farine, d'eau et éventuellement de blanc d'œuf utilisé pour :
- luter un récipient de cuisson (fermer hermétiquement)
- coller un élément de décor sur la bordure d'un plat
- cuire une grosse pièce de viande de boucherie afin d'éviter son dessèchement (train de côtes de bœuf).

Revenir - Voir rissoler.

Rioler - Disposer des petites bandelettes de pâte (brisée, sucrée, parures de feuilletage) droites ou dentelées sur certains desserts pour former un quadrillage (tarte et grillés aux pommes, Linzertorte, conversations...).

Rissoler - a) Faire sauter un aliment dans un peu de matière grasse en le colorant. Synonyme de revenir.
b) Cuire les pommes de terre dans un peu de matière grasse après les avoir blanchies (pommes cocotte, noisettes, château).

Rognures - Parures ou chutes de pâte feuilletée récupérées et empilées après le détail de pièces diverses. Les rognures de feuilletage sont utilisées pour réaliser des fonds de tarte, des mille-feuille ou des fleurons.

Rompre - Arrêter momentanément la fermentation d'une pâte levée.

Rôtir - Cuire un aliment dans un four ou à la broche.

Rouelles - Tranches épaisses ou grosses rondelles.

Roux - Farine cuite dans un corps gras, plus ou moins longtemps suivant la couleur recherchée (blanche, blonde ou brune) et servant d'élément de liaison.

Ruban (faire le ruban) - Qualifie une pâte qui a obtenu une certaine consistance par un fouettage intense (génoise, pâte à biscuits).



Sauter

Saigner - Enfoncer la pointe d'un couteau au niveau de la pointe du rostre d'une langouste ou d'un homard pour évacuer l'eau qui se trouve à l'intérieur.

Saisir - Démarrer la cuisson d'un aliment à feu vif.

Salmigondis - Synonyme proche de capilotade, béatilles, salpicon. Petit ragoût réalisé généralement à partir d'une desserte de viande réchauffée.

Salpicon - Eléments divers détaillés en petits dés (volailles, viandes, abats, poissons, crustacés, jambon, légumes...) et liés avec une sauce blanche ou brune de même nature, ou avec une vinaigrette ou une sauce mayonnaise pour les salpicons froids.
Les salpicons sont utilisés pour garnir les petits hors-d'œuvre chauds (barquettes, tartelettes, bouchées, croustades, dartois, rissoles, cromesquis, croquettes, etc.).
En pâtisserie, le terme salpicon est aussi utilisé pour désigner des fruits frais, crus, cuits ou confits, découpés en petits cubes et macérés dans de l'alcool ou de la liqueur.

Sangler - Verser un appareil à crème glacée ou à sorbet dans une sorbetière pour le congeler. Voir frapper et turbiner.

Sasser - Eplucher des légumes nouveaux (pommes de terre, crosnes) en les frottant sur eux-mêmes dans un torchon avec du gros sel.

Sauter - Cuire rapidement des petites pièces de viande, de poisson ou de légumes dans un sautoir, une sauteuse ou une poêle, avec un peu de matière grasse.

Serrer - Donner une consistance plus homogène et plus ferme à une crème Chantilly ou à des blancs d'œufs battus en neige (meringue), en fouettant énergiquement d'un mouvement circulaire en fin de montage.

Singer - Saupoudrer un ragoût de farine pour en assurer la liaison.

Sucs - Protéines hydrolysées et glucides caramélisés au fond des récipients de cuisson. Les sucs sont déglacés pour la réalisation des jus et des sauces.

Suer - Eliminer l'eau de végétation d'un légume en le chauffant doucement avec un corps gras et en évitant toute coloration.

Suprême - Aile d'une volaille (blanc) ou escalope de filet d'un gros poisson (barbue, saumon).



Tailler

Tailler - Terme général pour découper.

Tamiser - Passer une denrée au travers d'un tamis (farine, mie de pain).

Tamponner - Synonyme de beurrer en surface.

Tapisser - Synonyme de chemiser.

Tétonner - Se dit des madeleines correctement réalisées, qui laissent apparaître après cuisson une protubérance particulièrement proéminente en forme de téton.

Timbale - Récipient en pâte (d'office, sèche, feuilletée) destiné à recevoir une garniture donnant son nom à la timbale. Exemple : timbale de fruits de mer.

Tomber - Réduire un fond ou un fumet jusqu'à l'obtention d'un liquide sirupeux (tomber à glace).

Torréfier - Faire colorer de la farine à sec au four afin de singer les ragoûts à brun.

Tourer - Technique spécifique s'appliquant au travail de la pâte feuilletée ou à croissant.

Tourner - a) Donner une forme régulière et arrondie à certains légumes pour améliorer la présentation et régulariser la cuisson.
b) Se dit également d'une sauce ou d'une crème dont les éléments se dissocient, d'une préparation qui fermente ou d'une préparation qui coagule (ou précipite).

Travailler - Mélanger vigoureusement une pâte ou un appareil à l'aide d'une spatule ou d'un batteur-mélangeur.

Tremper - a) Réhydrater des légumes ou des fruits secs en les immergeant dans de l'eau froide. Le trempage doit se faire après un lavage soigneux et en enceinte réfrigérée (risque de fermentation).
b) Imbiber de sirop les savarins ou les babas. Synonyme de puncher.

Trier - Se dit principalement pour le cresson et la salade, séparer la partie consommable des déchets (synonyme d'éplucher).

Trifollier - Séparer les branches de cerfeuil en trois feuilles (réalisation des pluches à potage).

Tronçonner - a) Couper (tailler) certains légumes en gros morceaux de forme allongée (tronçons de poireaux, de carottes).
b) Découper certains poissons selon une technique particulière (tronçons de cabillaud, de turbot).

Trousser - a) Maintenir les membres d'une volaille (comme brider, mais sans aiguille, ni ficelle).
b) Piquer les pinces de certains crustacés (langoustines, écrevisses) dans la nageoire caudale pour une meilleure présentation.

Turbiner - Faire prendre un appareil à crème glacée dans une sorbetière. Voir sangler.



Vanner

Vanner - Agiter une sauce ou une crème avec une spatule pour favoriser et régulariser son refroidissement tout en évitant la formation d'une peau en surface.

Venaison - Terme général désignant une grosse pièce de gibier (sanglier, biche...).

Vert-cuit - Degré de cuisson concernant le canard au sang et le salmis (bleu).

Videler - Avec les doigts, former un rebord et un décor en pâte brisée ou sucrée tout autour d'une tarte ronde, d'une tarte en bande ou d'une pizza. La pâte repliée et roulée sur elle-même est pincée régulièrement avec les doigts. La bordure ainsi formée maintient la garniture durant la cuisson.

Vider - Retirer lors de l'habillage les viscères thoraciques et abdominales des volailles et des poissons.

Voiler - Recouvrir des pièces de pâtisserie d'un voile de sucre filé (bombe glacée, fruits givrés, ananas voilé à l'orientale).



Zeste

Zeste - Morceau découpé dans l'écorce odorante des agrumes.

BIBLIOGRAPHIE

- Travaux pratiques de cuisine - Fiches techniques de fabrication - par Michel Maincent - Editions BPI - Paris

- Technologie culinaire - Personnel, équipements, matériel, produits, hygiène et sécurité par Michel Maincent - Editions BPI - Paris

- Hygiène et restauration - par Dominique Brunet-Loiseau - Editions BPI – Paris

- Le répertoire de la cuisine - par Th. Gringoire et L. Saulnier - Editions Flammarion - Paris

- Le guide culinaire - par Auguste Escoffier - Editions Flammarion - Paris

- Le dictionnaire gastronomique - Editions Larousse - Paris

- Les produits de la pêche - par J. Gousset, G. Tixerant et M. Roblot - Informations techniques des services vétérinaires français (I.T.S.V.F.) - Paris

- Le guide des fruits et des légumes frais - Scapa - Editions Max Brézol - Paris

- Le guide de bonnes pratiques d'hygiène restaurateur - FNIH, SNRLH, CFHRCD, CGAD - Editions SEDIPAL - Paris

Conception, réalisation : société RÉPONSES - Versailles
et Pierre PAIRE - Boissy-s/s-St-Yon
Achevé d'imprimé 3ème trimestre 2002
sur les presses de Vincenzo BONA - Turin - Italie
N° éditeur 464 - Septembre 2002

Aide à l'utilisation

Vous trouverez, ci-dessous, les informations de base nécessaires pour naviguer au sein de votre livre électronique

I. Présentation générale

Votre livre électronique se présente sur une interface composée de trois parties :

- En haut et en bas, deux barres d'outils qui vous permettent d'accéder aux différentes fonctionnalités de navigation et d'affichage de votre livre.
- A gauche, le navigateur servant à parcourir le document ouvert à l'aide de miniatures ou de signets.
- A droite, le panneau de visualisation du document.

II. Utilisation de la barre d'outils (haut et bas)

Vous accéderez aux différentes fonctionnalités d'Acrobat Reader en cliquant sur les boutons situés dans les barres d'outils situées sur les parties supérieures et inférieures de l'écran :

• Pour sélectionner un outil visible, cliquez sur l'outil en question ou appuyez sur la touche clavier indiquée dans l'info-bulle correspondante. (Pour afficher l'info-bulle d'un outil, placez le pointeur sur celui-ci.)

• Pour sélectionner un outil masqué, immobilisez le pointeur sur l'outil apparenté ou sur le triangle afférent à cet outil jusqu'à ce que les autres outils s'affichent, puis faites glisser le pointeur sur l'outil voulu. Si vous ne trouvez pas un outil particulier, la barre d'outils est peut-être masquée. Pour l'afficher, choisissez Fenêtre > Barre d'outils, puis le nom de la barre voulue. La présence d'une coche en regard du nom d'une barre d'outils indique qu'elle est déjà affichée.

A. Fonctions de navigation

Aller à la **Première page du livre**
Aller à la **Page précédente**
Aller à la **Page suivante**
Aller à la **Dernière page du livre**
Reculer (**remonter l'historique** de navigation)
Avancer (**descendre l'historique** de navigation)

B. Fonctions d'affichage

100%

Diminuer ou Augmenter la taille de l'affichage suivant des zooms prédéfinis
Augmenter la taille de l'affichage en cliquant directement sur la page
Diminuer la taille de l'affichage en cliquant directement sur la page
Affichage **Taille réelle**
Affichage **Taille écran**
Affichage **Pleine largeur**
Outil main permettant de bouger la page sur la zone d'affichage

C. Autres fonctions utiles

 Outil de **recherche**

 **Afficher / Masquer le navigateur** (signets ou vues miniatures)

III. Utilisation du navigateur (à gauche)

Cliquez sur le bouton « Afficher / Masquer le navigateur » de la barre d'outils ou sur le bord gauche du panneau de visualisation des documents pour afficher le navigateur. Vous sélectionnerez ensuite l'onglet « Signets » ou l'onglet « Vignettes » que vous souhaitez utiliser.

A. L'utilisation des signets

Vous pouvez accéder à une page en recherchant cette page à l'aide des palettes proposées dans les menus déroulants. Les palettes visibles sont signalées dans le menu par une coche placée en regard de leur nom. Dès la sélection d'une palette dans le menu, la page s'affiche alors simultanément dans le visualisateur. La palette s'affiche au premier plan dans le navigateur ou dans une fenêtre flottante, au même emplacement que lors de son dernier affichage.

B. L'utilisation des miniatures

Vous pouvez accéder à une page en sélectionnant cette page dans les différentes miniatures proposées dans le menu. Dès la sélection d'une miniature dans le menu, la page s'affiche alors simultanément dans le visualisateur.

IV. Le panneau de visualisation du document (à droite)

Les liens

Pour obtenir de l'aide sur un terme technique (terme du lexique souligné en bleu), cliquez simplement sur ce lien. Automatiquement, la définition de ce terme apparaîtra dans un encadré bleu. Après lecture, pour faire disparaître la bulle contenant la définition, cliquez dans l'encadré bleu et il disparaîtra automatiquement.

Lorsque des mots sont surlignés en rouge, cela signifie que des renseignements complémentaires liés à la phrase surlignée sont disponibles sur une autre page. En cliquant sur le lien en rouge, vous atteindrez alors automatiquement cette nouvelle page.

Pour revenir sur la page d'origine utiliser les flèches (Reculer (remonter l'historique de navigation)) et (Avancer (descendre 'historique de navigation))

D'autres aides sont disponibles en vous rendant dans le menu déroulant en haut de l'écran en cliquant sur le lien « ? » puis sur le lien « Aide d'Acrobat ».